



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detailauswertung

**Döppelheuer, Heiko**

Verein: Brockenlaufverein  
Startnummer: 33

Strecke: 16,50 km  
16,5 km - Lauf

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:17:01**

Geschwindigkeit: 12,46 km/h  
Laufleistung: 4:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 4(von 10)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:11:36

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Abzweig Tännental	4,00	18:34	4:38	3	1:01	24	3:09	4,00	18:34	4:38	3	1:01	24	3:09
Plessenburg	3,00	20:51	6:57	4	1:36	23	4:01	7,00	39:25	5:37	3	2:36	23	6:56
Abzweig rote Brü	3,00	15:03	5:00	4	0:59	24	2:36	10,00	54:28	5:26	4	3:35	24	9:32
Ilseburg/Markt	6,50	22:33	3:28	5	1:50	32	4:03	16,50	1:17:01	4:40	4	5:25	25	13:32