



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Voß, Ingo

Verein: BSG Laufwerk Hamburg
Startnummer: 130

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:19:49

Geschwindigkeit: 12,03 km/h
Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 135)
Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 102)
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 3(von 12)
Bestzeit in der Kategorie: 1:12:35

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 Tännatal	4,00	19:23	4:50	3	1:29	30	3:58	4,00	19:23	4:50	3	1:29	30	3:58
Plessenburg	3,00	21:11	7:03	3	1:38	25	4:21	7,00	40:34	5:47	3	3:07	27	8:05
Abzweig rote Brü	3,00	16:02	5:20	3	1:41	32	3:35	10,00	56:36	5:39	3	4:48	28	11:40
Ilsenburg/Markt	6,50	23:13	3:34	3	2:26	37	4:43	16,50	1:19:49	4:50	3	7:14	30	16:20