



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

## Detailauswertung

Gast, Andreas

Verein: Liebenburg  
Startnummer: 44

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

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:26:41

Geschwindigkeit: 11,42 km/h  
Laufleistung: 5:15 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 49 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 46 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 6(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	22:20	5:34	6	4:47	53	6:55	4,00	22:20	5:34	6	4:47	53	6:55
Plessenburg	3,00	24:11	8:03	7	4:56	52	7:21	7,00	46:31	6:38	7	9:42	50	14:02
Abzweig rote Brü	3,00	16:49	5:36	6	2:45	42	4:22	10,00	1:03:20	6:20	6	12:27	47	18:24
Ilsenburg/Markt	6,50	23:21	3:35	6	2:38	38	4:51	16,50	1:26:41	5:15	6	15:05	46	23:12