



40. Oster-Ilsetalllauf  
Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Schlangen, Thomas

Verein: LT MG-Volksgarten  
Startnummer: 107

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

Kategorie:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:29:15

Geschwindigkeit: 10,76 km/h  
Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 5(von 14)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:18:57

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	21:31	5:22	4	1:38	44	6:06	4,00	21:31	5:22	4	1:38	44	6:06
Plessenburg	3,00	25:00	8:20	6	3:34	58	8:10	7,00	46:31	6:38	5	5:12	50	14:02
Abzweig rote Brü	3,00	17:38	5:52	5	2:00	50	5:11	10,00	1:04:09	6:24	5	7:12	49	19:13
Ilseburg/Markt	6,50	25:06	3:51	5	3:06	52	6:36	16,50	1:29:15	5:24	5	10:18	50	25:46