



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detailauswertung

### Sternberg, Ulf

Verein: HGL Wernigerode  
Startnummer: 123

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

Kategorie:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:31:35

Geschwindigkeit: 10,48 km/h  
Laufleistung: 5:33 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 57 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 6(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	24:09	6:02	8	4:16	77	8:44	4,00	24:09	6:02	8	4:16	77	8:44
Plessenburg	3,00	24:34	8:11	5	3:08	55	7:44	7,00	48:43	6:57	6	7:24	66	16:14
Abzweig rote Brü	3,00	17:44	5:54	6	2:06	51	5:17	10,00	1:06:27	6:38	6	9:30	62	21:31
Ilseburg/Markt	6,50	25:08	3:52	6	3:08	53	6:38	16,50	1:31:35	5:33	6	12:38	57	28:06