



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Holuba, Jörg

Verein: Ilsenburg
Startnummer: 60

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:32:11

Geschwindigkeit: 10,74 km/h
Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 71 (von 135)
Strecken-Platzierung/Männer: 62 (von 102)
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 11(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 1:09:53

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	21:50	5:27	11	4:50	50	6:25	4,00	21:50	5:27	11	4:50	50	6:25
Plessenburg	3,00	25:13	8:24	11	6:47	60	8:23	7,00	47:03	6:43	11	11:17	53	14:34
Abzweig rote Brü	3,00	18:24	6:07	10	4:33	61	5:57	10,00	1:05:27	6:32	11	15:50	56	20:31
Ilsenburg/Markt	6,50	26:44	4:06	13	6:58	71	8:14	16,50	1:32:11	5:35	11	22:18	62	28:42