



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detailauswertung

Rochau, Lothar

Verein: LAV Halensia  
Startnummer: 101

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

Kategorie:  
Senioren M70 (70-74 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:33:48

Geschwindigkeit: 10,55 km/h  
Laufleistung: 5:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 78 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 102)

Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:39

### 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	22:37	5:39	1	-	58	7:12	4,00	22:37	5:39	1	-	58	7:12
Plessenburg	3,00	26:24	8:47	2	2:32	69	9:34	7,00	49:01	7:00	2	2:10	68	16:32
Abzweig rote Brü	3,00	18:49	6:16	2	1:27	63	6:22	10,00	1:07:50	6:46	2	3:37	65	22:54
Ilseburg/Markt	6,50	25:58	3:59	2	0:32	62	7:28	16,50	1:33:48	5:41	2	4:09	65	30:19