



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Seeliger, Jan

Verein: Schachdorf Ströbeck
Startnummer: 120

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

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:34:19

Geschwindigkeit: 10,18 km/h
Laufleistung: 5:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 81 (von 135)
Strecken-Platzierung/Männer: 68 (von 102)
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 9(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	22:34	5:38	8	5:01	56	7:09	4,00	22:34	5:38	8	5:01	56	7:09
Plessenburg	3,00	25:11	8:23	8	5:56	59	8:21	7,00	47:45	6:49	8	10:56	59	15:16
Abzweig rote Brü	3,00	20:20	6:46	9	6:16	78	7:53	10,00	1:08:05	6:48	9	17:12	67	23:09
Ilsenburg/Markt	6,50	26:14	4:02	9	5:31	66	7:44	16,50	1:34:19	5:42	9	22:43	68	30:50