



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

## Detailauswertung

**Koc, Hakan**

Verein: Salzgitter  
Startnummer: 72

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

Kategorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:44:54**

Geschwindigkeit: 9,15 km/h  
Laufleistung: 6:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 102 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 84 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 15(von 15)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:04:05

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 Tännatal	4,00	23:53	5:58	15	7:57	75	8:28	4,00	23:53	5:58	15	7:57	75	8:28
Plessenburg	3,00	31:18	10:26	15	14:28	98	14:28	7,00	55:11	7:52	15	22:25	89	22:42
Abzweig rote Brü	3,00	21:44	7:14	15	9:11	90	9:17	10,00	1:16:55	7:41	15	31:36	88	31:59
Ilsenburg/Markt	6,50	27:59	4:18	14	9:13	77	9:29	16,50	1:44:54	6:21	15	40:49	84	41:25