



40. Oster-Ilsetalllauf  
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Dietz, Ralph

Verein: DUV

Startnummer: 32

Strecke: 16,50 km

16,5 km - Lauf

Kategorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:46:39

Geschwindigkeit: 9,28 km/h

Laufleistung: 6:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 109 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 87 (von 102)

Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 10(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 1:18:57

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	26:09	6:32	11	6:16	88	10:44	4,00	26:09	6:32	11	6:16	88	10:44
Plessenburg	3,00	27:21	9:07	9	5:55	77	10:31	7,00	53:30	7:38	10	12:11	83	21:01
Abzweig rote Brü	3,00	20:53	6:57	11	5:15	84	8:26	10,00	1:14:23	7:26	10	17:26	84	29:27
Ilsenburg/Markt	6,50	32:16	4:57	14	10:16	99	13:46	16,50	1:46:39	6:27	10	27:42	87	43:10