



40. Oster-Ilsetalllauf  
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Puschmann, Andreas

Verein: ausdauerclub  
Startnummer: 95

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

Kategorie:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:48:11

Geschwindigkeit: 9,15 km/h  
Laufleistung: 6:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 115 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 90 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 12(von 14)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:18:57

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	25:37	6:24	10	5:44	86	10:12	4,00	25:37	6:24	10	5:44	86	10:12
Plessenburg	3,00	30:03	10:01	12	8:37	93	13:13	7,00	55:40	7:57	12	14:21	90	23:11
Abzweig rote Brü	3,00	20:50	6:56	10	5:12	83	8:23	10,00	1:16:30	7:39	12	19:33	87	31:34
Ilsenburg/Markt	6,50	31:41	4:52	11	9:41	94	13:11	16,50	1:48:11	6:33	12	29:14	90	44:42