



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Bente, Marco

Verein: Ausdauerschule bunert
Startnummer: 12

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:56:31

Geschwindigkeit: 8,50 km/h
Laufleistung: 7:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 132 (von 135)
Strecken-Platzierung/Männer: 100 (von 102)
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 12(von 12)
Bestzeit in der Kategorie: 1:12:35

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	28:27	7:06	12	10:33	100	13:02	4,00	28:27	7:06	12	10:33	100	13:02
Plessenburg	3,00	31:51	10:37	12	12:18	99	15:01	7,00	1:00:18	8:36	12	22:51	100	27:49
Abzweig rote Brü	3,00	24:40	8:13	12	10:19	100	12:13	10,00	1:24:58	8:29	12	33:10	100	40:02
Ilsenburg/Markt	6,50	31:33	4:51	12	10:46	93	13:03	16,50	1:56:31	7:03	12	43:56	100	53:02