



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Kotes, Aaron-Mick Stefan

Verein: SV Siemens Mülheim a.d. Ruhr e.V.
Startnummer: 74

Strecke: 8,70 km
8,7 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:16

Geschwindigkeit: 11,63 km/h
Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 17 (von 121)

Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 67)

Bestzeit der Strecke: 31:48

Kategorie-Platzierung: 2(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 31:48

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	19:41	4:55	2	4:16	13	4:16	4,00	19:41	4:55	2	4:16	13	4:16
Ilseburg/Markt	4,70	21:35	4:35	4	5:12	19	5:12	8,70	41:16	4:44	2	9:28	13	9:28