



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Gifhorn, Andreas

Verein: Team Dillge/Gifhorn
Startnummer: 224

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

Kategorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 42:41

Geschwindigkeit: 12,23 km/h
Laufleistung: 4:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 121)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 67)

Bestzeit der Strecke: 31:48

Kategorie-Platzierung: 4(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 31:48

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Abzweig Tännental	4,00	20:49	5:12	4	5:24	18	5:24	4,00	20:49	5:12	4	5:24	18	5:24
Ilseburg/Markt	4,70	21:52	4:39	5	5:29	21	5:29	8,70	42:41	4:54	4	10:53	18	10:53