



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Köllner, Rüdiger

Verein: NSV Wernigerode
Startnummer: 251

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:14

Geschwindigkeit: 11,10 km/h
Laufleistung: 4:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 25 (von 121)
Strecken-Platzierung/Männer: 20 (von 67)
Bestzeit der Strecke: 31:48

Kategorie-Platzierung: 1(von 9)
Bestzeit in der Kategorie: 43:14

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	20:58	5:14	1	-	19	5:33	4,00	20:58	5:14	1	-	19	5:33
Ilsenburg/Markt	4,70	22:16	4:44	3	0:29	24	5:53	8,70	43:14	4:58	1	-	20	11:26