



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Manuel Heuck

Verein: Drübeck
Startnummer: 268

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

Kategorie:
Senioren M35 (35-39)

Gesamt-Zeit: 40:03

Geschwindigkeit: 11,99 km/h
Laufleistung: 4:36 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 124)
Strecken-Platzierung/Männer: 15 (von 69)
Bestzeit der Strecke: 30:04

Kategorie-Platzierung: 3(von 10)
Bestzeit in der Kategorie: 32:25

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 Tännatal	4,00	19:07	4:46	3	3:38	16	4:39	4,00	19:07	4:46	3	3:38	16	4:39
Ilsenburg/Markt	4,70	20:56	4:27	4	4:00	16	5:20	8,70	40:03	4:36	3	7:38	15	9:59