



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Christian Cäsar

Verein: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
Startnummer: 235

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44)

Gesamt-Zeit: 38:34

Geschwindigkeit: 12,45 km/h
Laufleistung: 4:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 124)
Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 69)
Bestzeit der Strecke: 30:04

Kategorie-Platzierung: 1(von 8)
Bestzeit in der Kategorie: 38:34

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	18:17	4:34	1	-	10	3:49	4,00	18:17	4:34	1	-	10	3:49
Ilseburg/Markt	4,70	20:17	4:18	2	0:12	12	4:41	8,70	38:34	4:25	1	-	10	8:30