



41. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Marco Garke

Startnummer: 256

Strecke: 8,70 km

8,7 km - Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49)

Gesamt-Zeit: 43:50

Geschwindigkeit: 10,95 km/h

Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 124)

Strecken-Platzierung/Männer: 29 (von 69)

Bestzeit der Strecke: 30:04

Kategorie-Platzierung: 3(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 39:51

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.	Kat.	Männer	Männer
Abzweig Tännental	4,00	21:08	5:16	2	2:26	27	6:40	4,00	21:08	5:16	2	2:26	27	6:40
Ilsenburg/Markt	4,70	22:42	4:49	3	1:33	28	7:06	8,70	43:50	5:02	3	3:59	29	13:46