



41. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Alexander Langer

Verein: Die Wadenkrämpfe
Startnummer: 293

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

Kategorie:
Senioren M45 (45-49)

Gesamt-Zeit: 50:49

Geschwindigkeit: 10,27 km/h
Laufleistung: 5:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 61 (von 124)
Strecken-Platzierung/Männer: 47 (von 69)
Bestzeit der Strecke: 30:04

Kategorie-Platzierung: 8(von 9)
Bestzeit in der Kategorie: 39:51

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	24:29	6:07	8	5:47	48	10:01	4,00	24:29	6:07	8	5:47	48	10:01
Ilsenburg/Markt	4,70	26:20	5:36	8	5:11	49	10:44	8,70	50:49	5:50	8	10:58	47	20:45