



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Stephan Heide

Verein: Löwenläufer Braunschweig
Startnummer: 263

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

Kategorie:
Senioren M55 (55-59)

Gesamt-Zeit: 51:14

Geschwindigkeit: 10,19 km/h
Laufleistung: 5:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 63 (von 124)
Strecken-Platzierung/Männer: 49 (von 69)
Bestzeit der Strecke: 30:04

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)
Bestzeit in der Kategorie: 38:08

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 Tännental	4,00	24:16	6:03	5	6:11	47	9:48	4,00	24:16	6:03	5	6:11	47	9:48
Ilsenburg/Markt	4,70	26:58	5:44	5	6:55	53	11:22	8,70	51:14	5:53	5	13:06	49	21:10