



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

## Detailauswertung

### Ansgo Portwig

Verein: Rot-Weiss-Essen  
Startnummer: 320

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

Kategorie:  
Senioren M70 (70-74)

Gesamt-Zeit: 53:23

Geschwindigkeit: 8,99 km/h  
Laufleistung: 6:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 76 (von 124)  
Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 69)  
Bestzeit der Strecke: 30:04

Kategorie-Platzierung: 1(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 53:23

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	25:54	6:28	1	-	54	11:26	4,00	25:54	6:28	1	-	54	11:26
Ilsenburg/Markt	4,70	27:29	5:50	1	-	55	11:53	8,70	53:23	6:08	1	-	56	23:19