



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detailauswertung

**Michel Fräsdorf**

Verein: SV Hasselfelde  
Startnummer: 56

Strecke: 16,50 km  
16,5 km - Lauf

Kategorie:  
Männer (20-29) A

**Gesamt-Zeit: 1:11:36**

Geschwindigkeit: 13,41 km/h  
Laufleistung: 4:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 9 (von 198)  
Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 144)  
Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 3(von 18)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:05:10

| 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     | 16:19               | 4:04         | 3          | 0:48         | 5            | 1:05           | 4,00          | 16:19       | 4:04          | 3          | 0:48         | 5            | 1:05           |
| Plessenburg       | 3,00     | 19:56               | 6:38         | 3          | 2:45         | 11           | 2:54           | 7,00          | 36:15       | 5:10          | 3          | 3:33         | 9            | 3:59           |
| Abzweig rote Brü  | 3,00     | 14:44               | 4:54         | 4          | 1:29         | 14           | 2:21           | 10,00         | 50:59       | 5:05          | 3          | 5:02         | 10           | 6:20           |
| Ilseburg/Markt    | 6,50     | 20:37               | 3:10         | 3          | 1:56         | 10           | 2:51           | 16,50         | 1:11:36     | 4:20          | 3          | 6:26         | 9            | 9:11           |