



41. Oster-Ilsetallauf

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