



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

## Detailauswertung

### Uwe Waldhaus

Verein: SV Werder Bremen  
Startnummer: 192

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

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44) A

Gesamt-Zeit: 1:14:49

Geschwindigkeit: 12,83 km/h  
Laufleistung: 4:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 17 (von 198)

Strecken-Platzierung/Männer: 17 (von 144)

Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 8(von 22)

Bestzeit in der Kategorie: 1:07:11

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	18:02	4:30	6	1:17	14	2:48	4,00	18:02	4:30	6	1:17	14	2:48
Plessenburg	3,00	20:06	6:42	5	2:04	15	3:04	7,00	38:08	5:26	6	3:21	14	5:52
Abzweig rote Brü	3,00	15:07	5:02	8	1:48	20	2:44	10,00	53:15	5:19	7	5:09	15	8:36
Ilsenburg/Markt	6,50	21:34	3:19	8	2:29	19	3:48	16,50	1:14:49	4:32	8	7:38	17	12:24