



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Thomas Pohl

Verein: Huy-Läufer
Startnummer: 133

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54) A

Gesamt-Zeit: 1:29:56

Geschwindigkeit: 11,01 km/h
Laufleistung: 5:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 69 (von 198)
Strecken-Platzierung/Männer: 62 (von 144)
Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 4(von 14)
Bestzeit in der Kategorie: 1:16:11

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	20:54	5:13	2	1:29	50	5:40	4,00	20:54	5:13	2	1:29	50	5:40
Plessenburg	3,00	24:24	8:07	4	3:13	65	7:22	7,00	45:18	6:28	3	4:42	58	13:02
Abzweig rote Brü	3,00	17:55	5:58	4	3:19	58	5:32	10,00	1:03:13	6:19	4	8:01	59	18:34
Ilseburg/Markt	6,50	26:43	4:06	8	5:44	80	8:57	16,50	1:29:56	5:27	4	13:45	62	27:31