



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

## Detailauswertung

**Nils Köhler**

Verein: Wir machen's laufend!  
Startnummer: 97

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

Kategorie:  
Senioren M50 (50-54) A

**Gesamt-Zeit: 1:30:12**

Geschwindigkeit: 10,64 km/h  
Laufleistung: 5:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 198)  
Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 144)  
Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 5(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	21:54	5:28	6	2:29	71	6:40	4,00	21:54	5:28	6	2:29	71	6:40
Plessenburg	3,00	24:40	8:13	5	3:29	67	7:38	7,00	46:34	6:39	5	5:58	65	14:18
Abzweig rote Brü	3,00	18:39	6:12	6	4:03	78	6:16	10,00	1:05:13	6:31	5	10:01	68	20:34
Ilsenburg/Markt	6,50	24:59	3:50	4	4:00	53	7:13	16,50	1:30:12	5:28	5	14:01	65	27:47