



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Fred Borchert

Verein: SV Langenstein
Startnummer: 18

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

Kategorie:
Senioren M55 (55-59) A

Gesamt-Zeit: 1:23:17

Geschwindigkeit: 11,53 km/h
Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 198)
Strecken-Platzierung/Männer: 42 (von 144)
Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 2(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 1:21:05

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	20:55	5:13	2	1:35	52	5:41	4,00	20:55	5:13	2	1:35	52	5:41
Plessenburg	3,00	22:36	7:32	2	0:12	39	5:34	7,00	43:31	6:13	3	1:13	45	11:15
Abzweig rote Brü	3,00	16:25	5:28	2	0:42	37	4:02	10,00	59:56	5:59	3	0:54	43	15:17
Ilseburg/Markt	6,50	23:21	3:35	2	1:18	39	5:35	16,50	1:23:17	5:02	2	2:12	42	20:52