



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Bernd Sczepanski

Verein: LAV Hamburg Nord
Startnummer: 166

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

Kategorie:
Senioren M60 (60-64) A

Gesamt-Zeit: 1:48:22

Geschwindigkeit: 8,86 km/h
Laufleistung: 6:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 151 (von 198)
Strecken-Platzierung/Männer: 118 (von 144)
Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 10(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 1:22:03

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	27:09	6:47	10	6:34	126	11:55	4,00	27:09	6:47	10	6:34	126	11:55
Plessenburg	3,00	31:13	10:24	9	9:01	127	14:11	7,00	58:22	8:20	10	15:31	128	26:06
Abzweig rote Brü	3,00	21:48	7:15	10	5:38	116	9:25	10,00	1:20:10	8:01	10	20:54	124	35:31
Ilseburg/Markt	6,50	28:12	4:20	6	5:59	104	10:26	16,50	1:48:22	6:34	10	26:19	118	45:57