



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detailauswertung

**Karl-Heinz Krause**

Verein: erst laufen dann saufen  
Startnummer: 104

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

Kategorie:  
Senioren M60 (60-64) A

**Gesamt-Zeit: 1:59:11**

Geschwindigkeit: 8,05 km/h  
Laufleistung: 7:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 183 (von 198)  
Strecken-Platzierung/Männer: 135 (von 144)  
Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 13(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	28:31	7:07	13	7:56	136	13:17	4,00	28:31	7:07	13	7:56	136	13:17
Plessenburg	3,00	32:01	10:40	13	9:49	135	14:59	7,00	1:00:32	8:38	12	17:41	135	28:16
Abzweig rote Brü	3,00	26:19	8:46	14	10:09	138	13:56	10,00	1:26:51	8:41	13	27:35	135	42:12
Ilseburg/Markt	6,50	32:20	4:58	12	10:07	127	14:34	16,50	1:59:11	7:13	13	37:08	135	56:46