



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Ralph Dietz

Verein: DUV

Startnummer: 34

Strecke: 16,50 km

16,5 km - Lauf

Kategorie:

Senioren M60 (60-64) A

Gesamt-Zeit: 2:11:54

Geschwindigkeit: 7,28 km/h

Laufleistung: 7:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 193 (von 198)

Strecken-Platzierung/Männer: 141 (von 144)

Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 15(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	31:03	7:45	14	10:28	143	15:49	4,00	31:03	7:45	14	10:28	143	15:49
Plessenburg	3,00	31:34	10:31	10	9:22	131	14:32	7,00	1:02:37	8:56	14	19:46	138	30:21
Abzweig rote Brü	3,00	26:34	8:51	15	10:24	139	14:11	10,00	1:29:11	8:55	14	29:55	138	44:32
Ilseburg/Markt	6,50	42:43	6:34	15	20:30	144	24:57	16,50	2:11:54	7:59	15	49:51	141	1:09:29