



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Lothar Rochau

Verein: LAV Halensia
Startnummer: 146

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

Kategorie:
Senioren M70 (70-74) A

Gesamt-Zeit: 1:34:32

Geschwindigkeit: 10,47 km/h
Laufleistung: 5:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 99 (von 198)

Strecken-Platzierung/Männer: 80 (von 144)

Bestzeit der Strecke: 1:02:25

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 1:34:32

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	23:07	5:46	1	-	91	7:53	4,00	23:07	5:46	1	-	91	7:53
Plessenburg	3,00	26:56	8:58	1	-	90	9:54	7,00	50:03	7:08	1	-	92	17:47
Abzweig rote Brü	3,00	18:33	6:11	1	-	74	6:10	10,00	1:08:36	6:51	1	-	84	23:57
Ilseburg/Markt	6,50	25:56	3:59	1	-	65	8:10	16,50	1:34:32	5:43	1	-	80	32:07