



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

## evaluación detallada

**Nolte, Rolf**

Asociación: Laufteam Sonnenhotels Deutschland  
Dorsal: 275

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

tiempo total: 44:39

velocidad: 10.75 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 121)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 31:48

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 44:39

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Abzweig Tännental	4.00	21:10	5:17	1	-	21	5:45	4.00	21:10	5:17	1	-	21	5:45
Ilsenburg/Markt	4.70	23:29	4:59	1	-	32	7:06	8.70	44:39	5:07	1	-	28	12:51