



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## evaluación detallada

Langer, Alexander

Asociación: Die Wadenkrämpfe  
Dorsal: 257

recorrido: 8.70 km  
8,7 km - Lauf

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 50:09

velocidad: 10.41 km/h  
rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 121)

posición en el recorrido/Men: 50 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 31:48

posición en la categoría: 7(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 43:14

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	Men				Men			
Abzweig Tännental	4.00	24:42	6:10	9	3:44	54	9:17	4.00	24:42	6:10	9	3:44	54	9:17
Ilseburg/Markt	4.70	25:27	5:24	7	3:40	45	9:04	8.70	50:09	5:45	7	6:55	50	18:21