



40. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Guenther, Ronny

Asociación: LAV 07 Bad Harzburg
Dorsal: 49

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:11:22

velocidad: 13.87 km/h
rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 9 (de 135)
posición en el recorrido/Men: 9 (de 102)
mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 1(de 8)
mejor tiempo en la categoría: 1:11:22

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 min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Abzweig Tännental	4.00	17:48	4:27	3	0:15	16	2:23	4.00	17:48	4:27	3	0:15	16	2:23
Plessenburg	3.00	19:22	6:27	1	-	10	2:32	7.00	37:10	5:18	1	-	11	4:41
Abzweig rote Brü	3.00	14:03	4:41	1	-	10	1:36	10.00	51:13	5:07	1	-	10	6:17
Ilseburg/Markt	6.50	20:09	3:05	2	0:12	11	1:39	16.50	1:11:22	4:19	1	-	9	7:53