



40. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Bochniak, Bartlomiej Stefan

Asociación: Eintracht Hildesheim
Dorsal: 16

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:11:58

velocidad: 13.34 km/h
rendimiento en carrera: 4:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 11 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 11 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 2(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:09:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Abzweig Tännental	4.00	18:18	4:34	4	1:18	21	4.00	18:18	4:34	4	1:18	21	2:53
Plessenburg	3.00	19:50	6:36	2	1:24	14	7.00	38:08	5:26	3	2:22	16	5:39
Abzweig rote Brü	3.00	13:51	4:36	1	-	8	10.00	51:59	5:11	2	2:22	14	7:03
Ilseburg/Markt	6.50	19:59	3:04	2	0:13	10	16.50	1:11:58	4:21	2	2:05	11	8:29