



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Voß, Ingo

Asociación: BSG Laufwerk Hamburg

Dorsal: 130

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:19:49

velocidad: 12.03 km/h

rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 30 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 3(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 1:12:35

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	19:23	4:50	3	1:29	30	3:58	4.00	19:23	4:50	3	1:29	30	3:58
Plessenburg	3.00	21:11	7:03	3	1:38	25	4:21	7.00	40:34	5:47	3	3:07	27	8:05
Abzweig rote Brü	3.00	16:02	5:20	3	1:41	32	3:35	10.00	56:36	5:39	3	4:48	28	11:40
Ilseburg/Markt	6.50	23:13	3:34	3	2:26	37	4:43	16.50	1:19:49	4:50	3	7:14	30	16:20