



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## evaluación detallada

**John-Bartkowiak, Michael**

Asociación: Ilseburg  
Dorsal: 65

recorrido: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

categoría:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 1:22:34

velocidad: 11.63 km/h  
rendimiento en carrera: 5:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 35 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 10(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:04:05

## 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	20:40	5:10	9	4:44	34	5:15	4.00	20:40	5:10	9	4:44	34	5:15
Plessenburg	3.00	23:55	7:58	10	7:05	48	7:05	7.00	44:35	6:22	10	11:49	41	12:06
Abzweig rote Brü	3.00	16:15	5:25	10	3:42	35	3:48	10.00	1:00:50	6:05	10	15:31	41	15:54
Ilseburg/Markt	6.50	21:44	3:20	8	2:58	26	3:14	16.50	1:22:34	5:00	10	18:29	35	19:05