



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Pohl, Marian

Asociación: Nix tun kann Jeder

Dorsal: 91

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:24:16

velocidad: 11.39 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 40 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 9(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:09:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Abzweig Tännental	4.00	21:14	5:18	10	4:14	40	5:49	4.00	21:14	5:18	10	4:14	40	5:49
Plessenburg	3.00	22:37	7:32	8	4:11	36	5:47	7.00	43:51	6:15	8	8:05	37	11:22
Abzweig rote Brü	3.00	16:19	5:26	7	2:28	36	3:52	10.00	1:00:10	6:00	8	10:33	38	15:14
Ilseburg/Markt	6.50	24:06	3:42	9	4:20	44	5:36	16.50	1:24:16	5:06	9	14:23	40	20:47