



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Meier, Dirk

Asociación: Gaensefurther Sportbewegung
Dorsal: 80

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:30:12

velocidad: 10.98 km/h
rendimiento en carrera: 5:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 59 (de 135)
posición en el recorrido/Men: 53 (de 102)
mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 7(de 10)
mejor tiempo en la categoría: 1:11:36

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Abzweig Tännental	4.00	22:56	5:44	9	5:23	64	7:31	4.00	22:56	5:44	9	5:23	64	7:31
Plessenburg	3.00	23:17	7:45	6	4:02	43	6:27	7.00	46:13	6:36	6	9:24	49	13:44
Abzweig rote Brü	3.00	19:11	6:23	8	5:07	67	6:44	10.00	1:05:24	6:32	7	14:31	54	20:28
Ilseburg/Markt	6.50	24:48	3:48	7	4:05	48	6:18	16.50	1:30:12	5:28	7	18:36	53	26:43