



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## evaluación detallada

**Bethke, Jörn**

Asociación: Brockenlaufverein

Dorsal: 13

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:31:04

velocidad: 10.87 km/h

rendimiento en carrera: 5:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 63 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 56 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 4(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	22:45	5:41	6	4:51	60	4.00	22:45	5:41	6	4:51	60	7:20
Plessenburg	3.00	25:37	8:32	5	6:04	62	7.00	48:22	6:54	5	10:55	64	15:53
Abzweig rote Brü	3.00	17:50	5:56	4	3:29	52	10.00	1:06:12	6:37	5	14:24	61	21:16
Ilseburg/Markt	6.50	24:52	3:49	4	4:05	49	16.50	1:31:04	5:31	4	18:29	56	27:35