



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Louda, Raainer

Asociación: badeborn

Dorsal: 143

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 1:39:54

velocidad: 9.91 km/h

rendimiento en carrera: 6:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 78 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 8(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 1:18:57

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | |
|-------------------|-------------|-----------------|------------------------|---------|----------|-----|---------|----------|---------|-------------|-----------------|-----------------|---------|----------|-----|
| | | | | retraso | posición | Men | retraso | posición | Men | | | | retraso | posición | Men |
| Abzweig Tännental | 4.00 | 24:03 | 6:00 | 7 | 4:10 | 76 | 8:38 | 4.00 | 24:03 | 6:00 | 7 | 4:10 | 76 | 8:38 | |
| Plessenburg | 3.00 | 27:03 | 9:01 | 8 | 5:37 | 75 | 10:13 | 7.00 | 51:06 | 7:17 | 8 | 9:47 | 76 | 18:37 | |
| Abzweig rote Brü | 3.00 | 20:38 | 6:52 | 9 | 5:00 | 81 | 8:11 | 10.00 | 1:11:44 | 7:10 | 8 | 14:47 | 76 | 26:48 | |
| Ilseburg/Markt | 6.50 | 28:10 | 4:20 | 9 | 6:10 | 79 | 9:40 | 16.50 | 1:39:54 | 6:03 | 8 | 20:57 | 78 | 36:25 | |