



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Bockmann, Claus

Asociación: Bokitown Runner

Dorsal: 17

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:40:09

velocidad: 9.89 km/h

rendimiento en carrera: 6:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 97 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 80 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 8(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 1:11:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Abzweig Tännental	4.00	22:57	5:44	8	5:24	65	7:32	4.00	22:57	5:44	8	5:24	65	7:32
Plessenburg	3.00	26:55	8:58	8	7:33	73	10:05	7.00	49:52	7:07	8	12:42	71	17:23
Abzweig rote Brü	3.00	20:19	6:46	8	6:16	77	7:52	10.00	1:10:11	7:01	8	18:58	74	25:15
Ilsenburg/Markt	6.50	29:58	4:36	8	10:01	86	11:28	16.50	1:40:09	6:04	8	28:47	80	36:40