



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Krause, Karl-Heinz

Asociación: erst laufen dann saufen

Dorsal: 75

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 1:52:33

velocidad: 8.53 km/h

rendimiento en carrera: 6:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 129 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 98 (de 102)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:29

posición en la categoría: 13(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			Total							
				retraso min	retraso seg	retraso seg	km	tiempo	min/km					
Abzweig Tännental	4.00	26:53	6:43	13	7:00	94	11:28	4.00	26:53	6:43	13	7:00	94	11:28
Plessenburg	3.00	31:01	10:20	14	9:35	97	14:11	7.00	57:54	8:16	13	16:35	96	25:25
Abzweig rote Brü	3.00	24:29	8:09	14	8:51	99	12:02	10.00	1:22:23	8:14	14	25:26	99	37:27
Ilsenburg/Markt	6.50	30:10	4:38	10	8:10	89	11:40	16.50	1:52:33	6:49	13	33:36	98	49:04