



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## evaluación detallada

**Lehmann, Jörg**

Asociación: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

Dorsal: 262

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 38:36

velocidad: 12.44 km/h

rendimiento en carrera: 4:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 10 (de 121)

posición en el recorrido/Men: 9 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 31:48

posición en la categoría: 2(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

## 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	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Abzweig Tännental	4.00	18:22	4:35	2	0:47	7	2:57	4.00	18:22	4:35	2	0:47	7	2:57
Ilseburg/Markt	4.70	20:14	4:18	2	0:22	9	3:51	8.70	38:36	4:26	2	1:09	9	6:48