



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Heitmann, Michael

Asociación: Mud Monkeys Mahnburg

Dorsal: 231

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 42:00

velocidad: 11.43 km/h

rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 22 (de 121)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 31:48

posición en la categoría: 3(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 31:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	Men				Men	Men		
Abzweig Tännental	4.00	20:31	5:07	3	5:06	16	5:06	4.00	20:31	5:07	3	5:06	16	5:06
Ilseburg/Markt	4.70	21:29	4:34	3	5:06	17	5:06	8.70	42:00	4:49	3	10:12	17	10:12