



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 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 km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men	categoría	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
Ilsenburg/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