



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Christian Czapla

Asociación: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

Dorsal: 237

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Senioren M35 (35-39)

tiempo total: 36:30

velocidad: 14.30 km/h

rendimiento en carrera: 4:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 124)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 69)

mejor tiempo del recorrido: 30:04

posición en la categoría: 2(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 32:25

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	17:28	4:21	2	1:59	7	3:00	4.00	17:28	4:21	2	1:59	7	3:00
Ilseburg/Markt	4.70	19:02	4:02	2	2:06	7	3:26	8.70	36:30	4:11	2	4:05	7	6:26