



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Jörg Lehmann

Asociación: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
Dorsal: 299

recorrido: 8.70 km
8,7 km - Lauf

categoría:
Senioren M45 (45-49)

tiempo total: 39:51

velocidad: 12.05 km/h
rendimiento en carrera: 4:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 124)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 69)

mejor tiempo del recorrido: 30:04

posición en la categoría: 1(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 39:51

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	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	Men
Abzweig Tännental	4.00	18:42	4:40	1	-	11	4:14	4.00	18:42	4:40	1	-	11	4:14
Ilseburg/Markt	4.70	21:09	4:29	1	-	17	5:33	8.70	39:51	4:34	1	-	14	9:47