



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Stephan Heide

Asociación: Löwenläufer Braunschweig

Dorsal: 263

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59)

tiempo total: 51:14

velocidad: 9.37 km/h

rendimiento en carrera: 5:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 63 (de 124)

posición en el recorrido/Men: 49 (de 69)

mejor tiempo del recorrido: 30:04

posición en la categoría: 5(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 38:08

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Abzweig Tännental	4.00	24:16	6:03	5	6:11	47	9:48	4.00	24:16	6:03	5	6:11	47	9:48
Ilseburg/Markt	4.70	26:58	5:44	5	6:55	53	11:22	8.70	51:14	5:53	5	13:06	49	21:10