



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

### Ansgo Portwig

Asociación: Rot-Weiss-Essen

Dorsal: 320

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Senioren M70 (70-74)

tiempo total: 53:23

velocidad: 8.99 km/h

rendimiento en carrera: 6:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 124)

posición en el recorrido/Men: 56 (de 69)

mejor tiempo del recorrido: 30:04

posición en la categoría: 1(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 53:23

## 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			
Abzweig Tännental	4.00	25:54	6:28	1	-	54	11:26	4.00	25:54	6:28	1	-	54	11:26
Ilseburg/Markt	4.70	27:29	5:50	1	-	55	11:53	8.70	53:23	6:08	1	-	56	23:19