



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Sönke Breitmeyer

Asociación: TriAs Hildesheim

Dorsal: 26

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Männer (20-29) A

tiempo total: 1:07:19

velocidad: 14.71 km/h

rendimiento en carrera: 4:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 4 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 4 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 2(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:05:10

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	16:13	4:03	2	0:42	4	0:59	4.00	16:13	4:03	2	0:42	4	0:59
Plessenburg	3.00	18:42	6:14	2	1:31	4	1:40	7.00	34:55	4:59	2	2:13	4	2:39
Abzweig rote Brü	3.00	13:43	4:34	2	0:28	5	1:20	10.00	48:38	4:51	2	2:41	4	3:59
Ilseburg/Markt	6.50	18:41	2:52	1	-	2	0:55	16.50	1:07:19	4:04	2	2:09	4	4:54