



41. Oster-Ilsetallauf
 Ilsenburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Rico Thomas

Dorsal: 179

recorrido: 16.50 km
 16,5 km - Lauf

categoría:
 Senioren M30 (30-34) A

tiempo total: 1:35:31

velocidad: 10.05 km/h
 rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 103 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 83 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 14(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 1:02:25

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición					
Abzweig Tännental	4.00	22:50	5:42	14	7:36	87	7:36	4.00	22:50	5:42	14	7:36	87	7:36
Plessenburg	3.00	26:58	8:59	14	9:56	91	9:56	7.00	49:48	7:06	14	17:32	91	17:32
Abzweig rote Brü	3.00	19:06	6:22	15	6:43	86	6:43	10.00	1:08:54	6:53	14	24:15	88	24:15
Ilsenburg/Markt	6.50	26:37	4:05	14	8:51	77	8:51	16.50	1:35:31	5:47	14	33:06	83	33:06