



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Sebastian Meißner

Asociación: Handballverein Wernigerode
Dorsal: 211

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44) A

tiempo total: 1:07:11

velocidad: 14.29 km/h
rendimiento en carrera: 4:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 1(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 1:07:11

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	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Abzweig Tännental	4.00	16:45	4:11	1	-	7	1:31	4.00	16:45	4:11	1	-	7	1:31
Plessenburg	3.00	18:02	6:00	1	-	3	1:00	7.00	34:47	4:58	1	-	3	2:31
Abzweig rote Brü	3.00	13:19	4:26	1	-	3	0:56	10.00	48:06	4:48	1	-	3	3:27
Ilseburg/Markt	6.50	19:05	2:56	1	-	3	1:19	16.50	1:07:11	4:04	1	-	3	4:46