



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Roy Radünzel

Dorsal: 135

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44) A

tiempo total: 1:35:33

velocidad: 10.05 km/h

rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 104 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 84 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 14(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 1:07:11

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	22:34	5:38	16	5:49	83	7:20	4.00	22:34	5:38	16	5:49	83	7:20
Plessenburg	3.00	25:51	8:37	16	7:49	79	8:49	7.00	48:25	6:54	14	13:38	77	16:09
Abzweig rote Brü	3.00	18:59	6:19	15	5:40	83	6:36	10.00	1:07:24	6:44	15	19:18	80	22:45
Ilseburg/Markt	6.50	28:09	4:19	17	9:04	103	10:23	16.50	1:35:33	5:47	14	28:22	84	33:08