



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Rene Wittig

Asociación: erst laufen dann saufen

Dorsal: 206

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44) A

tiempo total: 2:14:07

velocidad: 7.16 km/h

rendimiento en carrera: 8:07 min/km

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

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

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 22(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 1:07:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso			
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	Men	Men	Men	Men
Abzweig Tännental	4.00	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53	4.00	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53
Plessenburg	3.00	34:55	11:38	21	16:53	139	17:53	7.00	1:05:02	9:17	22	30:15	141	32:46
Abzweig rote Brü	3.00	31:42	10:33	22	18:23	143	19:19	10.00	1:36:44	9:40	22	48:38	143	52:05
Ilseburg/Markt	6.50	37:23	5:45	22	18:18	142	19:37	16.50	2:14:07	8:07	22	1:06:56	144	1:11:42