



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

René Albrecht

Asociación: Schönebeck

Dorsal: 3

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49) A

tiempo total: 1:28:30

velocidad: 10.85 km/h

rendimiento en carrera: 5:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 57 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 10(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:16:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
Abzweig Tännatal	4.00	21:15	5:18	10	2:49	63	6:01	4.00	21:15	5:18	10	2:49	63	6:01
Plessenburg	3.00	24:07	8:02	10	3:19	55	7:05	7.00	45:22	6:28	10	6:08	59	13:06
Abzweig rote Brü	3.00	17:59	5:59	10	2:52	62	5:36	10.00	1:03:21	6:20	10	9:00	60	18:42
Ilseburg/Markt	6.50	25:09	3:52	10	4:08	54	7:23	16.50	1:28:30	5:21	10	12:07	57	26:05