



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Sven Franke**

Asociación: Brockenlaufverein Ilseburg

Dorsal: 55

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59) A

tiempo total: 1:25:22

velocidad: 11.25 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 51 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 49 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 4(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:21:05

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control           | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score          |                |                | Total score |                 |                   |                      |                |                |    |       |
|-------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------------|----|-------|
|                   |             |                 |                        | retraso<br>categoría | retraso<br>Men | retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición | retraso<br>categoría | retraso<br>Men | retraso<br>Men |    |       |
| Abzweig Tännental | 4.00        | 21:02           | 5:15                   | 4                    | 1:42           | 55             | 5:48        | 4.00            | 21:02             | 5:15                 | 4              | 1:42           | 55 | 5:48  |
| Plessenburg       | 3.00        | 24:03           | 8:01                   | 4                    | 1:39           | 54             | 7:01        | 7.00            | 45:05             | 6:26                 | 4              | 2:47           | 56 | 12:49 |
| Abzweig rote Brü  | 3.00        | 16:41           | 5:33                   | 3                    | 0:58           | 43             | 4:18        | 10.00           | 1:01:46           | 6:10                 | 4              | 2:44           | 52 | 17:07 |
| Ilseburg/Markt    | 6.50        | 23:36           | 3:37                   | 3                    | 1:33           | 40             | 5:50        | 16.50           | 1:25:22           | 5:10                 | 4              | 4:17           | 49 | 22:57 |