



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Marcel Reising

Asociación: erst laufen dann saufen

Dorsal: 139

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59) A

tiempo total: 2:13:03

velocidad: 7.22 km/h

rendimiento en carrera: 8:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 195 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 142 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 15(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:21:05

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	posición	retraso	posición	retraso		
			Men	Men	Men				Men	Men				
Abzweig Tännental	4.00	30:06	7:31	15	10:46	141	14:52	4.00	30:06	7:31	15	10:46	141	14:52
Plessenburg	3.00	35:06	11:42	15	12:42	141	18:04	7.00	1:05:12	9:18	15	22:54	142	32:56
Abzweig rote Brü	3.00	31:22	10:27	15	15:39	142	18:59	10.00	1:36:34	9:39	15	37:32	142	51:55
Ilseburg/Markt	6.50	36:29	5:36	15	14:26	140	18:43	16.50	2:13:03	8:03	15	51:58	142	1:10:38