



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Holger Rothe

Asociación: LC RON HILL Berlin

Dorsal: 149

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64) A

tiempo total: 1:22:03

velocidad: 12.07 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 38 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 1(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:22:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				retraso	posición	retraso	posición				retraso	posición		
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Abzweig Tännental	4.00	20:39	5:09	2	0:04	46	5:25	4.00	20:39	5:09	2	0:04	46	5:25
Plessenburg	3.00	22:12	7:23	1	-	35	5:10	7.00	42:51	6:07	1	-	40	10:35
Abzweig rote Brü	3.00	16:25	5:28	2	0:15	37	4:02	10.00	59:16	5:55	1	-	41	14:37
Ilseburg/Markt	6.50	22:47	3:30	2	0:34	35	5:01	16.50	1:22:03	4:58	1	-	38	19:38