



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Bodo Matthes

Asociación: LC RON HILL Berlin e.V.

Dorsal: 117

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64) A

tiempo total: 2:02:25

velocidad: 8.09 km/h

rendimiento en carrera: 7:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 187 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 137 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 14(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			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	Men	Men	Men	Men	Men	Men			
Abzweig Tännental	4.00	31:24	7:50	15	10:49	144	16:10	4.00	31:24	7:50	15	10:49	144	16:10
Plessenburg	3.00	36:18	12:05	15	14:06	142	19:16	7.00	1:07:42	9:40	15	24:51	144	35:26
Abzweig rote Brü	3.00	23:30	7:49	12	7:20	131	11:07	10.00	1:31:12	9:07	15	31:56	140	46:33
Ilseburg/Markt	6.50	31:13	4:48	11	9:00	122	13:27	16.50	2:02:25	7:25	14	40:22	137	1:00:00