



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Ralph Dietz**

Asociación: DUV

Dorsal: 34

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-64) A

tiempo total: 2:11:54

velocidad: 7.28 km/h

rendimiento en carrera: 7:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 193 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 141 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 15(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	posición	retraso	posición	retraso			
			retraso	posición	retraso	Men	Men				retraso	posición	retraso	Men	Men	
Abzweig Tännental	4.00	31:03	7:45	14	10:28	143	15:49	4.00	31:03	7:45	14	10:28	143	15:49		
Plessenburg	3.00	31:34	10:31	10	9:22	131	14:32	7.00	1:02:37	8:56	14	19:46	138	30:21		
Abzweig rote Brü	3.00	26:34	8:51	15	10:24	139	14:11	10.00	1:29:11	8:55	14	29:55	138	44:32		
Ilseburg/Markt	6.50	42:43	6:34	15	20:30	144	24:57	16.50	2:11:54	7:59	15	49:51	141	1:09:29		