



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Frank Balzer

Dorsal: 220

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M65 (65-69) A

tiempo total: 1:41:32

velocidad: 9.46 km/h

rendimiento en carrera: 6:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 130 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 103 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 1:24:09

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Abzweig Tännental	4.00	23:01	5:45	2	2:29	89	7:47	4.00	23:01	5:45	2	2:29	89	7:47
Plessenburg	3.00	29:11	9:43	3	5:49	109	12:09	7.00	52:12	7:27	3	8:18	101	19:56
Abzweig rote Brü	3.00	21:00	7:00	4	4:23	108	8:37	10.00	1:13:12	7:19	3	12:41	102	28:33
Ilseburg/Markt	6.50	28:20	4:21	3	4:42	107	10:34	16.50	1:41:32	6:09	3	17:23	103	39:07