



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Lothar Rochau**

Asociación: LAV Halensia

Dorsal: 146

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Senioren M70 (70-74) A

tiempo total: 1:34:32

velocidad: 10.16 km/h

rendimiento en carrera: 5:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 99 (de 198)

posición en el recorrido/Men: 80 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 1:02:25

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:32

## 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	23:07	5:46	1	-	91	7:53	4.00	23:07	5:46	1	-	91	7:53
Plessenburg	3.00	26:56	8:58	1	-	90	9:54	7.00	50:03	7:08	1	-	92	17:47
Abzweig rote Brü	3.00	18:33	6:11	1	-	74	6:10	10.00	1:08:36	6:51	1	-	84	23:57
Ilseburg/Markt	6.50	25:56	3:59	1	-	65	8:10	16.50	1:34:32	5:43	1	-	80	32:07