



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Kirn, Daniel

Association: Lengede
Dossard: 246

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 43:26

Vitesse: 11.05 km/h
Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 22 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 6(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:48

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | Etape | | Etape | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | Total | | Total | | Total | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | |
|-------------------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm |
| Abzweig Tännental | 4.00 | 21:04 | 5:15 | 5 | 5:39 | 20 | 5:39 | 4.00 | 21:04 | 5:15 | 5 | 5:39 | 20 | 5:39 | 4.00 | 21:04 | 5:15 | 5 | 5:39 | 20 | 5:39 | 4.00 | 21:04 | 5:15 | 5 | 5:39 | 20 | 5:39 | |
| Ilsenburg/Markt | 4.70 | 22:22 | 4:45 | 6 | 5:59 | 25 | 5:59 | 8.70 | 43:26 | 4:59 | 6 | 11:38 | 22 | 11:38 | 8.70 | 43:26 | 4:59 | 6 | 11:38 | 22 | 11:38 | 8.70 | 43:26 | 4:59 | 6 | 11:38 | 22 | 11:38 | |