



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Nolte, Rolf

Association: Laufteam Sonnenhotels Deutschland
Dossard: 275

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Temps total: 44:39

Vitesse: 11.69 km/h
Kilométrage: 5:08 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 28 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 1(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:39

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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Abzweig Tännental	4.00	21:10	5:17	1	-	21	5:45	4.00	21:10	5:17	1	-	21	5:45	4.00	21:10	5:17	1	-	21	5:45	4.00	21:10	5:17	1	-	21	5:45
Ilsenburg/Markt	4.70	23:29	4:59	1	-	32	7:06	8.70	44:39	5:07	1	-	28	12:51	8.70	44:39	5:07	1	-	28	12:51	8.70	44:39	5:07	1	-	28	12:51