



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Warnecke, Ralf

Association: MTV Jahn Schladen
Dossard: 307

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 45:44

Vitesse: 11.41 km/h
Kilométrage: 5:16 min/km

Place par parcours/Total: 43 (de 121)
Place par parcours/Hommes: 30 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 2(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:56

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Abzweig Tännental	4.00	22:40	5:40	2	4:26	40	7:15	4.00	22:40	5:40	2	4:26	40	7:15
Ilsenburg/Markt	4.70	23:04	4:54	2	3:22	29	6:41	8.70	45:44	5:15	2	7:48	30	13:56