



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Turk, Michael

Association: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
Dossard: 302

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 46:36

Vitesse: 11.20 km/h
Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 53 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 38 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 8(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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	22:31	5:37	7	4:56	38	7:06	4.00	22:31	5:37	7	4:56	38	7:06	4.00	22:31	5:37	7	4:56	38	7:06	4.00	22:31	5:37	7	4:56	38	7:06	
Ilseburg/Markt	4.70	24:05	5:07	7	4:13	36	7:42	8.70	46:36	5:21	8	9:09	38	14:48															