



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Seidel, Thomas

Association: Darlingerode
Dossard: 296

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 47:05

Vitesse: 11.09 km/h
Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 57 (de 121)
Place par parcours/Hommes: 41 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 8(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:48

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape						Résultat total							
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Abzweig Tännental	4.00	22:28	5:36	8	7:03	35	7:03	4.00	22:28	5:36	8	7:03	35	7:03
Ilsenburg/Markt	4.70	24:37	5:14	8	8:14	40	8:14	8.70	47:05	5:24	8	15:17	41	15:17