



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Gassner, Nils

Association: Clausthal-Zellerfeld
Dossard: 223

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 52:17

Vitesse: 9.98 km/h
Kilométrage: 6:01 min/km

Place par parcours/Total: 90 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 57 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 5(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:33

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Abzweig Tännental	4.00	26:00	6:30	5	10:17	60	10:35	4.00	26:00	6:30	5	10:17	60	10:35
Ilsenburg/Markt	4.70	26:17	5:35	5	9:27	53	9:54	8.70	52:17	6:00	5	19:44	57	20:29