



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Jendrzok, Lars

Association: TSG Bad Harzburg
Dossard: 238

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 55:59

Vitesse: 9.32 km/h
Kilométrage: 6:26 min/km

Place par parcours/Total: 99 (de 121)
Place par parcours/Hommes: 62 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 12(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:48

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 Tännatal	4.00	27:34	6:53	12	12:09	64	12:09	4.00	27:34	6:53	12	12:09	64	12:09	4.00	27:34	6:53	12	12:09	64	12:09	64	12:09	64	12:09	64	12:09	64	12:09
Ilseburg/Markt	4.70	28:25	6:02	12	12:02	61	12:02	8.70	55:59	6:26	12	24:11	62	24:11	8.70	55:59	6:26	12	24:11	62	24:11	62	24:11	62	24:11	62	24:11	62	24:11