



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Hupe, Matthias

Association: Lauffreunde Eichsfeld
Dossard: 61

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 1:11:36

Vitesse: 13.83 km/h
Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 10 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 1(de 10)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:36

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	17:34	4:23	2	0:01	13	2:09	4.00	17:34	4:23	2	0:01	13	2:09
Plessenburg	3.00	19:15	6:25	1	-	9	2:25	7.00	36:49	5:15	1	-	9	4:20
Abzweig rote Brü	3.00	14:04	4:41	1	-	11	1:37	10.00	50:53	5:05	1	-	9	5:57
Ilseburg/Markt	6.50	20:43	3:11	1	-	15	2:13	16.50	1:11:36	4:20	1	-	10	8:07