



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Bochniak, Bartlomiej Stefan

Association: Eintracht Hildesheim
Dossard: 16

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:11:58

Vitesse: 13.76 km/h
Kilométrage: 4:22 min/km

Place par parcours/Total: 11 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 11 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 2(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:53

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. | Hommes | Hommes | catg. | Hommes | catg. | Hommes | catg. | Hommes | catg. | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | Hommes | catg. | Hommes | catg. | Hommes | |
| Abzweig Tännental | 4.00 | 18:18 | 4:34 | 4 | 1:18 | 21 | 2:53 | 4.00 | 18:18 | 4:34 | 4 | 1:18 | 21 | 2:53 | 4.00 | 18:18 | 4:34 | 4 | 1:18 | 21 | 2:53 | 4 | 1:18 | 21 | 2:53 | 4 | 1:18 | 21 | 2:53 |
| Plessenburg | 3.00 | 19:50 | 6:36 | 2 | 1:24 | 14 | 3:00 | 7.00 | 38:08 | 5:26 | 3 | 2:22 | 16 | 5:39 | 7.00 | 38:08 | 5:26 | 3 | 2:22 | 16 | 5:39 | 3 | 2:22 | 16 | 5:39 | 3 | 2:22 | 16 | 5:39 |
| Abzweig rote Brü | 3.00 | 13:51 | 4:36 | 1 | - | 8 | 1:24 | 10.00 | 51:59 | 5:11 | 2 | 2:22 | 14 | 7:03 | 10.00 | 51:59 | 5:11 | 2 | 2:22 | 14 | 7:03 | 2 | 2:22 | 14 | 7:03 | 2 | 2:22 | 14 | 7:03 |
| Ilseburg/Markt | 6.50 | 19:59 | 3:04 | 2 | 0:13 | 10 | 1:29 | 16.50 | 1:11:58 | 4:21 | 2 | 2:05 | 11 | 8:29 | 16.50 | 1:11:58 | 4:21 | 2 | 2:05 | 11 | 8:29 | 2 | 2:05 | 11 | 8:29 | 2 | 2:05 | 11 | 8:29 |