



40. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Döppelheuer, Heiko

Association: Brockenlaufverein
Dossard: 33

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 1:17:01

Vitesse: 12.85 km/h
Kilométrage: 4:40 min/km

Place par parcours/Total: 26 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 25 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 4(de 10)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:36

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Abzweig Tännental	4.00	18:34	4:38	3	1:01	24	3:09	4.00	18:34	4:38	3	1:01	24	3:09
Plessenburg	3.00	20:51	6:57	4	1:36	23	4:01	7.00	39:25	5:37	3	2:36	23	6:56
Abzweig rote Brü	3.00	15:03	5:00	4	0:59	24	2:36	10.00	54:28	5:26	4	3:35	24	9:32
Ilseburg/Markt	6.50	22:33	3:28	5	1:50	32	4:03	16.50	1:17:01	4:40	4	5:25	25	13:32