



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Schneider, Björn

Association: FH Runners Berlin
Dossard: 111

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:17:54

Vitesse: 12.71 km/h
Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 26 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 5(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.	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	Homm		
Abzweig Tännental	4.00	19:12	4:47	7	2:12	29	3:47	4.00	19:12	4:47	7	2:12	29	3:47	4.00	19:12	4:47	7	2:12	29	3:47	7	2:12	29	3:47	4.00	19:12	4:47	7	2:12	29	3:47
Plessenburg	3.00	21:45	7:15	4	3:19	29	4:55	7.00	40:57	5:51	5	5:11	28	8:28	7.00	40:57	5:51	5	5:11	28	8:28	5	5:11	28	8:28	7.00	40:57	5:51	5	5:11	28	8:28
Abzweig rote Brü	3.00	15:28	5:09	5	1:37	26	3:01	10.00	56:25	5:38	5	6:48	27	11:29	10.00	56:25	5:38	5	6:48	27	11:29	5	6:48	27	11:29	10.00	56:25	5:38	5	6:48	27	11:29
Ilseburg/Markt	6.50	21:29	3:18	5	1:43	23	2:59	16.50	1:17:54	4:43	5	8:01	26	14:25	16.50	1:17:54	4:43	5	8:01	26	14:25	5	8:01	26	14:25	16.50	1:17:54	4:43	5	8:01	26	14:25