



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Vala, Vlastimil

Association: Berlin
Dossard: 127

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:19:21

Vitesse: 12.48 km/h
Kilométrage: 4:49 min/km

Place par parcours/Total: 29 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 28 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 8(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:04:05

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 Tännental	4.00	18:47	4:41	8	2:51	25	3:22	4.00	18:47	4:41	8	2:51	25	3:22	4.00	18:47	4:41	8	2:51	25	3:22	4.00	18:47	4:41	8	2:51	25	3:22	
Plessenburg	3.00	21:23	7:07	8	4:33	26	4:33	7.00	40:10	5:44	8	7:24	25	7:41	7.00	40:10	5:44	8	7:24	25	7:41	7.00	40:10	5:44	8	7:24	25	7:41	
Abzweig rote Brü	3.00	16:13	5:24	9	3:40	34	3:46	10.00	56:23	5:38	8	11:04	26	11:27	10.00	56:23	5:38	8	11:04	26	11:27	10.00	56:23	5:38	8	11:04	26	11:27	
Ilseburg/Markt	6.50	22:58	3:31	9	4:12	33	4:28	16.50	1:19:21	4:48	8	15:16	28	15:52	16.50	1:19:21	4:48	8	15:16	28	15:52	16.50	1:19:21	4:48	8	15:16	28	15:52	