



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Keune, Christian

Association: SV Darlingerode/Drübeck

Dossard: 148

Circuit: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:21:43

Vitesse: 11.75 km/h

Kilométrage: 4:57 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 135)

Place par parcours/Hommes: 31 (de 102)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 7(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
Abzweig Tännatal	4.00	19:00	4:45	5	2:00	27	3:35	4.00	19:00	4:45	5	2:00	27	3:35	4.00	19:00	4:45	5	2:00	27	3:35	4.00	19:00	4:45	5	2:00	27	3:35	
Plessenburg	3.00	22:32	7:30	7	4:06	35	5:42	7.00	41:32	5:55	6	5:46	30	9:03	7.00	41:32	5:55	6	5:46	30	9:03	7.00	41:32	5:55	6	5:46	30	9:03	
Abzweig rote Brü	3.00	16:33	5:30	8	2:42	38	4:06	10.00	58:05	5:48	7	8:28	31	13:09	10.00	58:05	5:48	7	8:28	31	13:09	10.00	58:05	5:48	7	8:28	31	13:09	
Ilseburg/Markt	6.50	23:38	3:38	8	3:52	41	5:08	16.50	1:21:43	4:57	7	11:50	31	18:14	16.50	1:21:43	4:57	7	11:50	31	18:14	16.50	1:21:43	4:57	7	11:50	31	18:14	