



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Dietrichs, André

Association: Harsleben

Dossard: 31

Circuit: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:22:16

Vitesse: 11.67 km/h

Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 34 (de 135)

Place par parcours/Hommes: 33 (de 102)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 9(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	20:44	5:11	10	4:48	35	5:19	4.00	20:44	5:11	10	4:48	35	5:19	4.00	20:44	5:11	10	4:48	35	5:19	10	4:48	35	5:19	10	4:48	35	5:19
Plessenburg	3.00	22:05	7:21	9	5:15	30	5:15	7.00	42:49	6:07	9	10:03	32	10:20	7.00	42:49	6:07	9	10:03	32	10:20	9	10:03	32	10:20	9	10:03	32	10:20
Abzweig rote Brü	3.00	15:49	5:16	8	3:16	29	3:22	10.00	58:38	5:51	9	13:19	32	13:42	10.00	58:38	5:51	9	13:19	32	13:42	9	13:19	32	13:42	9	13:19	32	13:42
Ilseburg/Markt	6.50	23:38	3:38	10	4:52	41	5:08	16.50	1:22:16	4:59	9	18:11	33	18:47	16.50	1:22:16	4:59	9	18:11	33	18:47	9	18:11	33	18:47	9	18:11	33	18:47