



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Exploitation détaillée

**Mund, Sebastian**

Association: Wernigerode  
Dossard: 86

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:22:23

Vitesse: 12.02 km/h  
Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 35 (de 135)  
Place par parcours/Hommes: 34 (de 102)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29  
Place par catégorie: 8(de 15)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:53

### 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	20:44	5:11	9	3:44	35	5:19	4.00	20:44	5:11	9	3:44	35	5:19
Plessenburg	3.00	23:07	7:42	9	4:41	41	6:17	7.00	43:51	6:15	8	8:05	37	11:22
Abzweig rote Brü	3.00	16:37	5:32	9	2:46	39	4:10	10.00	1:00:28	6:02	9	10:51	39	15:32
Ilseburg/Markt	6.50	21:55	3:22	6	2:09	28	3:25	16.50	1:22:23	4:59	8	12:30	34	18:54