



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

John-Bartkowiak, Michael

Association: Ilsenburg

Dossard: 65

Circuit: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:22:34

Vitesse: 11.99 km/h

Kilométrage: 5:00 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 135)

Place par parcours/Hommes: 35 (de 102)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 10(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.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes
Abzweig Tännental	4.00	20:40	5:10	9	4:44	34	5:15	4.00	20:40	5:10	9	4:44	34	5:15	4.00	20:40	5:10	9	4:44	34	5:15	9	4:44	34	5:15	9	4:44	34	5:15
Plessenburg	3.00	23:55	7:58	10	7:05	48	7:05	7.00	44:35	6:22	10	11:49	41	12:06	7.00	44:35	6:22	10	11:49	41	12:06	10	11:49	41	12:06	10	11:49	41	12:06
Abzweig rote Brü	3.00	16:15	5:25	10	3:42	35	3:48	10.00	1:00:50	6:05	10	15:31	41	15:54	10.00	1:00:50	6:05	10	15:31	41	15:54	10	15:31	41	15:54	10	15:31	41	15:54
Ilsenburg/Markt	6.50	21:44	3:20	8	2:58	26	3:14	16.50	1:22:34	5:00	10	18:29	35	19:05	16.50	1:22:34	5:00	10	18:29	35	19:05	10	18:29	35	19:05	10	18:29	35	19:05