



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Michalik, Stefan

Association: TSV Wittmar
Dossard: 83

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 1:22:43

Vitesse: 11.97 km/h
Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 39 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 37 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 2(de 14)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:18:57

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	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Abzweig Tännental	4.00	20:49	5:12	2	0:56	37	5:24	4.00	20:49	5:12	2	0:56	37	5:24	4.00	20:49	5:12	2	0:56	37	5:24	4.00	20:49	5:12	2	0:56	37	5:24
Plessenburg	3.00	23:04	7:41	2	1:38	40	6:14	7.00	43:53	6:16	2	2:34	39	11:24	7.00	43:53	6:16	2	2:34	39	11:24	7.00	43:53	6:16	2	2:34	39	11:24
Abzweig rote Brücke	3.00	15:51	5:16	2	0:13	30	3:24	10.00	59:44	5:58	2	2:47	34	14:48	10.00	59:44	5:58	2	2:47	34	14:48	10.00	59:44	5:58	2	2:47	34	14:48
Ilseburg/Markt	6.50	22:59	3:32	2	0:59	35	4:29	16.50	1:22:43	5:00	2	3:46	37	19:14	16.50	1:22:43	5:00	2	3:46	37	19:14	16.50	1:22:43	5:00	2	3:46	37	19:14