



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Bressel, Max

Association: Harzer Wölfe
Dossard: 23

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:26:21

Vitesse: 11.12 km/h
Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 47 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 44 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 4(de 10)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:29

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	23:35	5:53	6	8:10	71	8:10	4.00	23:35	5:53	6	8:10	71	8:10
Plessenburg	3.00	23:59	7:59	5	6:55	49	7:09	7.00	47:34	6:47	6	15:05	58	15:05
Abzweig rote Brü	3.00	17:09	5:42	4	4:42	45	4:42	10.00	1:04:43	6:28	5	19:47	52	19:47
Ilsenburg/Markt	6.50	21:38	3:19	3	3:05	25	3:08	16.50	1:26:21	5:14	4	22:52	44	22:52