



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Otte, Gideon

Association: Goslar
Dossard: 88

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:29:20

Vitesse: 11.08 km/h
Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 56 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 51 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 10(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:53

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	20:39	5:09	8	3:39	33	5:14	4.00	20:39	5:09	8	3:39	33	5:14	4.00	20:39	5:09	8	3:39	33	5:14	4.00	20:39	5:09	8	3:39	33	5:14
Plessenburg	3.00	24:56	8:18	10	6:30	57	8:06	7.00	45:35	6:30	10	9:49	47	13:06	7.00	45:35	6:30	10	9:49	47	13:06	7.00	45:35	6:30	10	9:49	47	13:06
Abzweig rote Brü	3.00	18:44	6:14	11	4:53	62	6:17	10.00	1:04:19	6:25	10	14:42	51	19:23	10.00	1:04:19	6:25	10	14:42	51	19:23	10.00	1:04:19	6:25	10	14:42	51	19:23
Ilseburg/Markt	6.50	25:01	3:50	10	5:15	50	6:31	16.50	1:29:20	5:24	10	19:27	51	25:51	16.50	1:29:20	5:24	10	19:27	51	25:51	16.50	1:29:20	5:24	10	19:27	51	25:51