



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Sebastian, Döhnert

Association: Tauchsportclub Halberstadt
Dossard: 118

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:32:09

Vitesse: 10.42 km/h
Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 69 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 60 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 12(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	22:53	5:43	12	6:57	63	7:28	4.00	22:53	5:43	12	6:57	63	7:28	4.00	22:53	5:43	12	6:57	63	7:28	4.00	22:53	5:43	12	6:57	63	7:28	
Plessenburg	3.00	24:21	8:07	12	7:31	53	7:31	7.00	47:14	6:44	12	14:28	55	14:45	7.00	47:14	6:44	12	14:28	55	14:45	7.00	47:14	6:44	12	14:28	55	14:45	
Abzweig rote Brü	3.00	18:17	6:05	12	5:44	58	5:50	10.00	1:05:31	6:33	12	20:12	57	20:35	10.00	1:05:31	6:33	12	20:12	57	20:35	10.00	1:05:31	6:33	12	20:12	57	20:35	
Ilseburg/Markt	6.50	26:38	4:05	13	7:52	70	8:08	16.50	1:32:09	5:35	12	28:04	60	28:40	16.50	1:32:09	5:35	12	28:04	60	28:40	16.50	1:32:09	5:35	12	28:04	60	28:40	