



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Exploitation détaillée

**Balzer, Frank**

Association: Ammelsheim  
Dossard: 139

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Temps total: 1:33:25

Vitesse: 10.60 km/h  
Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 76 (de 135)  
Place par parcours/Hommes: 64 (de 102)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29  
Place par catégorie: 2(de 8)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:23:00

### 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	21:49	5:27	2	1:29	49	6:24	4.00	21:49	5:27	2	1:29	49	6:24	4.00	21:49	5:27	2	1:29	49	6:24	4.00	21:49	5:27	2	1:29	49	6:24
Plessenburg	3.00	26:06	8:42	2	3:04	65	9:16	7.00	47:55	6:50	2	4:33	60	15:26	7.00	47:55	6:50	2	4:33	60	15:26	7.00	47:55	6:50	2	4:33	60	15:26
Abzweig rote Brü	3.00	19:00	6:19	3	2:28	65	6:33	10.00	1:06:55	6:41	2	7:01	63	21:59	10.00	1:06:55	6:41	2	7:01	63	21:59	10.00	1:06:55	6:41	2	7:01	63	21:59
Ilseburg/Markt	6.50	26:30	4:04	5	3:24	68	8:00	16.50	1:33:25	5:39	2	10:25	64	29:56	16.50	1:33:25	5:39	2	10:25	64	29:56	16.50	1:33:25	5:39	2	10:25	64	29:56