



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Rosner, Ingo

Association: Open Sports Hamburg
Dossard: 103

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Temps total: 1:38:45

Vitesse: 10.03 km/h
Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 92 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 75 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 5(de 8)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:23:00

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	25:05	6:16	5	4:45	85	9:40	4.00	25:05	6:16	5	4:45	85	9:40
Plessenburg	3.00	28:40	9:33	5	5:38	84	11:50	7.00	53:45	7:40	5	10:23	84	21:16
Abzweig rote Brü	3.00	19:12	6:23	4	2:40	68	6:45	10.00	1:12:57	7:17	5	13:03	81	28:01
Ilseburg/Markt	6.50	25:48	3:58	2	2:42	60	7:18	16.50	1:38:45	5:59	5	15:45	75	35:16