



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Bockmann, Claus

Association: Bokitown Runner
Dossard: 17

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:40:09

Vitesse: 9.59 km/h
Kilométrage: 6:04 min/km

Place par parcours/Total: 97 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 80 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29
Place par catégorie: 8(de 8)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:22

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	22:57	5:44	8	5:24	65	7:32	4.00	22:57	5:44	8	5:24	65	7:32
Plessenburg	3.00	26:55	8:58	8	7:33	73	10:05	7.00	49:52	7:07	8	12:42	71	17:23
Abzweig rote Brü	3.00	20:19	6:46	8	6:16	77	7:52	10.00	1:10:11	7:01	8	18:58	74	25:15
Ilseburg/Markt	6.50	29:58	4:36	8	10:01	86	11:28	16.50	1:40:09	6:04	8	28:47	80	36:40