



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Exploitation détaillée

**Dietz, Ralph**

Association: DUV  
Dossard: 32

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 1:46:39

Vitesse: 9.28 km/h  
Kilométrage: 6:28 min/km

Place par parcours/Total: 109 (de 135)  
Place par parcours/Hommes: 87 (de 102)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29  
Place par catégorie: 10(de 14)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:18:57

### 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	26:09	6:32	11	6:16	88	10:44	4.00	26:09	6:32	11	6:16	88	10:44	4.00	26:09	6:32	11	6:16	88	10:44	4.00	26:09	6:32	11	6:16	88	10:44
Plessenburg	3.00	27:21	9:07	9	5:55	77	10:31	7.00	53:30	7:38	10	12:11	83	21:01	7.00	53:30	7:38	10	12:11	83	21:01	7.00	53:30	7:38	10	12:11	83	21:01
Abzweig rote Brü	3.00	20:53	6:57	11	5:15	84	8:26	10.00	1:14:23	7:26	10	17:26	84	29:27	10.00	1:14:23	7:26	10	17:26	84	29:27	10.00	1:14:23	7:26	10	17:26	84	29:27
Ilseburg/Markt	6.50	32:16	4:57	14	10:16	99	13:46	16.50	1:46:39	6:27	10	27:42	87	43:10	16.50	1:46:39	6:27	10	27:42	87	43:10	16.50	1:46:39	6:27	10	27:42	87	43:10