



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Kettenbeil, Eckard

Association: NIX tun kann JEDER
Dossard: 70

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Temps total: 1:50:59

Vitesse: 8.65 km/h
Kilométrage: 6:44 min/km

Place par parcours/Total: 125 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 95 (de 102)
Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 7(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.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Abzweig Tännental	4.00	26:19	6:34	7	5:59	90	10:54	4.00	26:19	6:34	7	5:59	90	10:54	4.00	26:19	6:34	7	5:59	90	10:54	7	5:59	90	10:54	7	5:59	90	10:54
Plessenburg	3.00	30:10	10:03	7	7:08	94	13:20	7.00	56:29	8:04	7	13:07	94	24:00	7.00	56:29	8:04	7	13:07	94	24:00	7	13:07	94	24:00	7	13:07	94	24:00
Abzweig rote Brü	3.00	22:09	7:22	7	5:37	92	9:42	10.00	1:18:38	7:51	7	18:44	94	33:42	10.00	1:18:38	7:51	7	18:44	94	33:42	7	18:44	94	33:42	7	18:44	94	33:42
Ilseburg/Markt	6.50	32:21	4:58	8	9:15	100	13:51	16.50	1:50:59	6:43	7	27:59	95	47:30	16.50	1:50:59	6:43	7	27:59	95	47:30	7	27:59	95	47:30	7	27:59	95	47:30