



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Reising, Marcel

Association: erst laufen dann saufen
Dossard: 97

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 2:13:31

Vitesse: 7.41 km/h
Kilométrage: 8:05 min/km

Place par parcours/Total: 135 (de 135)
Place par parcours/Hommes: 102 (de 102)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:29

Place par catégorie: 10(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:36

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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Abzweig Tännental	4.00	31:25	7:51	10	13:52	102	16:00	4.00	31:25	7:51	10	13:52	102	16:00
Plessenburg	3.00	34:57	11:39	10	15:42	101	18:07	7.00	1:06:22	9:28	10	29:33	102	33:53
Abzweig rote Brü	3.00	27:35	9:11	10	13:31	102	15:08	10.00	1:33:57	9:23	10	43:04	102	49:01
Ilseburg/Markt	6.50	39:34	6:05	10	18:51	102	21:04	16.50	2:13:31	8:05	10	1:01:55	102	1:10:02