



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Lehmann, Jörg

Association: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

Dossard: 262

Circuit: 8.70 km

8,7 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 38:36

Vitesse: 12.44 km/h

Kilométrage: 4:26 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 9 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 2(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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	18:22	4:35	2	0:47	7	2:57	4.00	18:22	4:35	2	0:47	7	2:57
Ilseburg/Markt	4.70	20:14	4:18	2	0:22	9	3:51	8.70	38:36	4:26	2	1:09	9	6:48