



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Heitmann, Michael

Association: Mud Monkeys Mahnburg

Dossard: 231

Circuit: 8.70 km

8,7 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 42:00

Vitesse: 12.43 km/h

Kilométrage: 4:50 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 17 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 3(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:48

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	20:31	5:07	3	5:06	16	5:06	4.00	20:31	5:07	3	5:06	16	5:06	4.00	20:31	5:07	3	5:06	16	5:06	4.00	20:31	5:07	3	5:06	16	5:06	
Ilsenburg/Markt	4.70	21:29	4:34	3	5:06	17	5:06	8.70	42:00	4:49	3	10:12	17	10:12	8.70	42:00	4:49	3	10:12	17	10:12	8.70	42:00	4:49	3	10:12	17	10:12	