



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Köllner, Rüdiger

Association: NSV Wernigerode
Dossard: 251

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 43:14

Vitesse: 11.10 km/h
Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 25 (de 121)

Place par parcours/Hommes: 20 (de 67)

Meilleur temps dans le parcours: 31:48

Place par catégorie: 1(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:14

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	20:58	5:14	1	-	19	5:33	4.00	20:58	5:14	1	-	19	5:33
Ilsenburg/Markt	4.70	22:16	4:44	3	0:29	24	5:53	8.70	43:14	4:58	1	-	20	11:26