



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Michael Heitmann

Association: Mud Monkeys Mahnburg
Dossard: 266

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39)

Temps total: 41:03

Vitesse: 11.69 km/h
Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 124)

Place par parcours/Hommes: 19 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 30:04

Place par catégorie: 4(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:25

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Abzweig Tännental	4.00	20:11	5:02	4	4:42	21	5:43	4.00	20:11	5:02	4	4:42	21	5:43
Ilsenburg/Markt	4.70	20:52	4:26	3	3:56	14	5:16	8.70	41:03	4:43	4	8:38	19	10:59