41. Oster-Ilsetallauf
Ilsenburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Christian Cäsar

Association: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
Dossard: 235

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44)

Temps total: 38:34

Vitesse: 13.54 km/h
Kilométrage: 4:25 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 124)
Place par parcours/Hommes: 10 (de 69)
Meilleur temps dans le parcours: 30:04

Place par catégorie: 1(de 8)
Meilleur temps dans la catégorie: 38:34

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Abzweig Tänntal	4.00	18:17	4:34	1	-	10	3:49	4.00	18:17	4:34	1	-	10	3:49
Ilsenburg/Markt	4.70	20:17	4:18	2	0:12	12	4:41	8.70	38:34	4:25	1	-	10	8:30