



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Jörg Lehmann

Association: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

Dossard: 299

Circuit: 8.70 km

8,7 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49)

Temps total: 39:51

Vitesse: 12.05 km/h

Kilométrage: 4:34 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 124)

Place par parcours/Hommes: 14 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 30:04

Place par catégorie: 1(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:51

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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Abzweig Tännental	4.00	18:42	4:40	1	-	11	4:14	4.00	18:42	4:40	1	-	11	4:14	4.00	18:42	4:40	1	-	11	4:14	4.00	18:42	4:40	1	-	11	4:14
Ilseburg/Markt	4.70	21:09	4:29	1	-	17	5:33	8.70	39:51	4:34	1	-	14	9:47	8.70	39:51	4:34	1	-	14	9:47	8.70	39:51	4:34	1	-	14	9:47