



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Christian Ränicke

Dossard: 324

Circuit: 8.70 km

8,7 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49)

Temps total: 43:16

Vitesse: 11.09 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 124)

Place par parcours/Hommes: 25 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 30:04

Place par catégorie: 2(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:51

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	21:30	5:22	5	2:48	31	7:02	4.00	21:30	5:22	5	2:48	31	7:02
Ilsenburg/Markt	4.70	21:46	4:37	2	0:37	23	6:10	8.70	43:16	4:58	2	3:25	25	13:12