



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Mario Heise

Association: hzmakler & friends
Dossard: 264

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49)

Temps total: 44:43

Vitesse: 10.73 km/h
Kilométrage: 5:08 min/km

Place par parcours/Total: 38 (de 124)

Place par parcours/Hommes: 32 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 30:04

Place par catégorie: 5(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	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes
Abzweig Tännental	4.00	21:10	5:17	3	2:28	28	6:42	4.00	21:10	5:17	3	2:28	28	6:42	4.00	21:10	5:17	3	2:28	28	6:42	4.00	21:10	5:17	3	2:28	28	6:42	
Ilsenburg/Markt	4.70	23:33	5:00	5	2:24	34	7:57	8.70	44:43	5:08	5	4:52	32	14:39	8.70	44:43	5:08	5	4:52	32	14:39	8.70	44:43	5:08	5	4:52	32	14:39	