



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Alexander Langer

Association: Die Wadenkrämpfe
Dossard: 293

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49)

Temps total: 50:49

Vitesse: 10.27 km/h
Kilométrage: 5:50 min/km

Place par parcours/Total: 61 (de 124)

Place par parcours/Hommes: 47 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 30:04

Place par catégorie: 8(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	24:29	6:07	8	5:47	48	10:01	4.00	24:29	6:07	8	5:47	48	10:01
Ilsenburg/Markt	4.70	26:20	5:36	8	5:11	49	10:44	8.70	50:49	5:50	8	10:58	47	20:45