



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Mohammed Bedel**

Association: TSV Sibbesse  
Dossard: 218

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Männer (20-29) A

Temps total: 1:05:10

Vitesse: 14.73 km/h  
Kilométrage: 3:56 min/km

Place par parcours/Total: 2 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 2 (de 144)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25  
Place par catégorie: 1(de 18)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:10

### 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	15:31	3:52	1	-	2	0:17	4.00	15:31	3:52	1	-	2	0:17	4.00	15:31	3:52	1	-	2	0:17	4.00	15:31	3:52	1	-	2	0:17
Plessenburg	3.00	17:11	5:43	1	-	2	0:09	7.00	32:42	4:40	1	-	2	0:26	7.00	32:42	4:40	1	-	2	0:26	7.00	32:42	4:40	1	-	2	0:26
Abzweig rote Brü	3.00	13:15	4:25	1	-	2	0:52	10.00	45:57	4:35	1	-	2	1:18	10.00	45:57	4:35	1	-	2	1:18	10.00	45:57	4:35	1	-	2	1:18
Ilseburg/Markt	6.50	19:13	2:57	2	0:32	4	1:27	16.50	1:05:10	3:56	1	-	2	2:45	16.50	1:05:10	3:56	1	-	2	2:45	16.50	1:05:10	3:56	1	-	2	2:45