



41. Oster-Ilsetallauf  
Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Jasper Schwenzow

Dossard: 165

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M30 (30-34) A

Temps total: 1:19:03

Vitesse: 12.14 km/h  
Kilométrage: 4:47 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 198)

Place par parcours/Hommes: 30 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 7(de 16)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:02:25

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	20:12	5:02	10	4:58	42	4:58	4.00	20:12	5:02	10	4:58	42	4:58
Plessenburg	3.00	21:54	7:17	7	4:52	32	4:52	7.00	42:06	6:00	9	9:50	37	9:50
Abzweig rote Brü	3.00	15:05	5:01	4	2:42	18	2:42	10.00	57:11	5:43	7	12:32	31	12:32
Ilseburg/Markt	6.50	21:52	3:21	4	4:06	20	4:06	16.50	1:19:03	4:47	7	16:38	30	16:38