



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Rico Thomas

Dossard: 179

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34) A

Temps total: 1:35:31

Vitesse: 10.05 km/h
Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 103 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 83 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 14(de 16)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:02:25

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	22:50	5:42	14	7:36	87	7:36	4.00	22:50	5:42	14	7:36	87	7:36
Plessenburg	3.00	26:58	8:59	14	9:56	91	9:56	7.00	49:48	7:06	14	17:32	91	17:32
Abzweig rote Brü	3.00	19:06	6:22	15	6:43	86	6:43	10.00	1:08:54	6:53	14	24:15	88	24:15
Ilseburg/Markt	6.50	26:37	4:05	14	8:51	77	8:51	16.50	1:35:31	5:47	14	33:06	83	33:06