



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Martin Morgenstern

Association: LAV 07 Bad Harzburg
Dossard: 124

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39) A

Temps total: 1:10:42

Vitesse: 13.58 km/h
Kilométrage: 4:17 min/km

Place par parcours/Total: 7 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 7 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 2(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:08:37

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	17:06	4:16	2	0:29	12	1:52	4.00	17:06	4:16	2	0:29	12	1:52
Plessenburg	3.00	19:24	6:27	2	0:37	8	2:22	7.00	36:30	5:12	2	1:06	10	4:14
Abzweig rote Brü	3.00	14:00	4:40	2	0:25	7	1:37	10.00	50:30	5:02	2	1:31	8	5:51
Ilseburg/Markt	6.50	20:12	3:06	2	0:34	7	2:26	16.50	1:10:42	4:17	2	2:05	7	8:17