



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Daniel Ragoß**

Association: NSV Wernigerode  
Dossard: 136

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M35 (35-39) A

Temps total: 1:29:04

Vitesse: 11.12 km/h  
Kilométrage: 5:23 min/km

Place par parcours/Total: 64 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 58 (de 144)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 6(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	21:09	5:17	6	4:32	57	5:55	4.00	21:09	5:17	6	4:32	57	5:55
Plessenburg	3.00	24:18	8:05	9	5:31	60	7:16	7.00	45:27	6:29	8	10:03	60	13:11
Abzweig rote Brü	3.00	17:55	5:58	6	4:20	58	5:32	10.00	1:03:22	6:20	8	14:23	61	18:43
Ilseburg/Markt	6.50	25:42	3:57	6	6:04	62	7:56	16.50	1:29:04	5:23	6	20:27	58	26:39