



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Sebastian Meißner

Association: Handballverein Wernigerode

Dossard: 211

Circuit: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44) A

Temps total: 1:07:11

Vitesse: 14.29 km/h

Kilométrage: 4:04 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 198)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 1(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:07:11

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	16:45	4:11	1	-	7	1:31	4.00	16:45	4:11	1	-	7	1:31	4.00	16:45	4:11	1	-	7	1:31	4.00	16:45	4:11	1	-	7	1:31
Plessenburg	3.00	18:02	6:00	1	-	3	1:00	7.00	34:47	4:58	1	-	3	2:31	7.00	34:47	4:58	1	-	3	2:31	7.00	34:47	4:58	1	-	3	2:31
Abzweig rote Brü	3.00	13:19	4:26	1	-	3	0:56	10.00	48:06	4:48	1	-	3	3:27	10.00	48:06	4:48	1	-	3	3:27	10.00	48:06	4:48	1	-	3	3:27
Ilseburg/Markt	6.50	19:05	2:56	1	-	3	1:19	16.50	1:07:11	4:04	1	-	3	4:46	16.50	1:07:11	4:04	1	-	3	4:46	16.50	1:07:11	4:04	1	-	3	4:46