



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**David Förste**

Association: Bad Bikers MTB-Sport e.V  
Dossard: 54

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44) A

Temps total: 1:17:45

Vitesse: 12.35 km/h  
Kilométrage: 4:42 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 22 (de 144)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25  
Place par catégorie: 9(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.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Abzweig Tännental	4.00	18:51	4:42	9	2:06	23	3:37	4.00	18:51	4:42	9	2:06	23	3:37	4.00	18:51	4:42	9	2:06	23	3:37	4.00	18:51	4:42	9	2:06	23	3:37	
Plessenburg	3.00	21:00	7:00	8	2:58	20	3:58	7.00	39:51	5:41	9	5:04	23	7:35	7.00	39:51	5:41	9	5:04	23	7:35	7.00	39:51	5:41	9	5:04	23	7:35	
Abzweig rote Brü	3.00	15:21	5:06	9	2:02	23	2:58	10.00	55:12	5:31	9	7:06	22	10:33	10.00	55:12	5:31	9	7:06	22	10:33	10.00	55:12	5:31	9	7:06	22	10:33	
Ilseburg/Markt	6.50	22:33	3:28	12	3:28	31	4:47	16.50	1:17:45	4:42	9	10:34	22	15:20	16.50	1:17:45	4:42	9	10:34	22	15:20	16.50	1:17:45	4:42	9	10:34	22	15:20	