



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Rene Wittig**

Association: erst laufen dann saufen

Dossard: 206

Circuit: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44) A

Temps total: 2:14:07

Vitesse: 7.16 km/h

Kilométrage: 8:07 min/km

Place par parcours/Total: 198 (de 198)

Place par parcours/Hommes: 144 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 22(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	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53	4.00	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53	4.00	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53	4.00	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53
Plessenburg	3.00	34:55	11:38	21	16:53	139	17:53	7.00	1:05:02	9:17	22	30:15	141	32:46	7.00	1:05:02	9:17	22	30:15	141	32:46	7.00	1:05:02	9:17	22	30:15	141	32:46
Abzweig rote Brü	3.00	31:42	10:33	22	18:23	143	19:19	10.00	1:36:44	9:40	22	48:38	143	52:05	10.00	1:36:44	9:40	22	48:38	143	52:05	10.00	1:36:44	9:40	22	48:38	143	52:05
Ilseburg/Markt	6.50	37:23	5:45	22	18:18	142	19:37	16.50	2:14:07	8:07	22	1:06:56	144	1:11:42	16.50	2:14:07	8:07	22	1:06:56	144	1:11:42	16.50	2:14:07	8:07	22	1:06:56	144	1:11:42