



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Raiko Eggert

Dossard: 44

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49) A

Temps total: 1:18:31

Vitesse: 12.23 km/h
Kilométrage: 4:45 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 198)

Place par parcours/Hommes: 28 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 4(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:16:23

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	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes					
Abzweig Tännental	4.00	18:47	4:41	3	0:21	22	3:33	4.00	18:47	4:41	3	0:21	22	3:33	4.00	18:47	4:41	3	0:21	22	3:33	4.00	18:47	4:41	3	0:21	22	3:33	4.00	18:47	4:41	3	0:21	22	3:33
Plessenburg	3.00	21:48	7:15	4	1:00	29	4:46	7.00	40:35	5:47	3	1:21	28	8:19	7.00	40:35	5:47	3	1:21	28	8:19	7.00	40:35	5:47	3	1:21	28	8:19	7.00	40:35	5:47	3	1:21	28	8:19
Abzweig rote Brü	3.00	15:44	5:14	4	0:37	30	3:21	10.00	56:19	5:37	3	1:58	28	11:40	10.00	56:19	5:37	3	1:58	28	11:40	10.00	56:19	5:37	3	1:58	28	11:40	10.00	56:19	5:37	3	1:58	28	11:40
Ilseburg/Markt	6.50	22:12	3:24	3	1:11	25	4:26	16.50	1:18:31	4:45	4	2:08	28	16:06	16.50	1:18:31	4:45	4	2:08	28	16:06	16.50	1:18:31	4:45	4	2:08	28	16:06	16.50	1:18:31	4:45	4	2:08	28	16:06