



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Andreas Dietrich

Association: Lauffreunde Harz
Dossard: 32

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49) A

Temps total: 1:30:50

Vitesse: 10.90 km/h
Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 77 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 67 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25
Place par catégorie: 11(de 18)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:16:23

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	22:16	5:33	12	3:50	76	7:02	4.00	22:16	5:33	12	3:50	76	7:02
Plessenburg	3.00	24:27	8:09	11	3:39	66	7:25	7.00	46:43	6:40	11	7:29	68	14:27
Abzweig rote Brü	3.00	18:01	6:00	11	2:54	63	5:38	10.00	1:04:44	6:28	11	10:23	65	20:05
Ilseburg/Markt	6.50	26:06	4:00	11	5:05	67	8:20	16.50	1:30:50	5:30	11	14:27	67	28:25