



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

Stefan Weißwange

Dossard: 201

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49) A

Temps total: 1:50:17

Vitesse: 8.98 km/h  
Kilométrage: 6:41 min/km

Place par parcours/Total: 155 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 120 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 16(de 18)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:16:23

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			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	26:11	6:32	16	7:45	119	10:57	4.00	26:11	6:32	16	7:45	119	10:57
Plessenburg	3.00	30:05	10:01	15	9:17	117	13:03	7.00	56:16	8:02	16	17:02	118	24:00
Abzweig rote Brü	3.00	22:10	7:23	15	7:03	119	9:47	10.00	1:18:26	7:50	16	24:05	116	33:47
Ilseburg/Markt	6.50	31:51	4:54	17	10:50	126	14:05	16.50	1:50:17	6:41	16	33:54	120	47:52