



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Lutz Bartels**

Association: FM+FF  
Dossard: 4

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49) A

Temps total: 2:03:24

Vitesse: 7.78 km/h  
Kilométrage: 7:28 min/km

Place par parcours/Total: 188 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 138 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 18(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	29:13	7:18	18	10:47	140	13:59	4.00	29:13	7:18	18	10:47	140	13:59
Plessenburg	3.00	37:47	12:35	18	16:59	144	20:45	7.00	1:07:00	9:34	18	27:46	143	34:44
Abzweig rote Br	3.00	24:55	8:18	18	9:48	134	12:32	10.00	1:31:55	9:11	18	37:34	141	47:16
Ilseburg/Markt	6.50	31:29	4:50	16	10:28	125	13:43	16.50	2:03:24	7:28	18	47:01	138	1:00:59