



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Heiko Döppelheuer

Association: Brockenlaufverein
Dossard: 38

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59) A

Temps total: 1:25:17

Vitesse: 11.26 km/h
Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 50 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 48 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 3(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:21:05

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	19:20	4:49	1	-	34	4:06	4.00	19:20	4:49	1	-	34	4:06
Plessenburg	3.00	22:58	7:39	3	0:34	42	5:56	7.00	42:18	6:02	1	-	39	10:02
Abzweig rote Brü	3.00	16:51	5:37	4	1:08	47	4:28	10.00	59:09	5:54	2	0:07	40	14:30
Ilseburg/Markt	6.50	26:08	4:01	5	4:05	69	8:22	16.50	1:25:17	5:10	3	4:12	48	22:52