



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

Thomas Eggert

Dossard: 45

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M55 (55-59) A

Temps total: 1:30:38

Vitesse: 10.92 km/h

Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 198)

Place par parcours/Hommes: 66 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 5(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	21:55	5:28	7	2:35	72	6:41	4.00	21:55	5:28	7	2:35	72	6:41
Plessenburg	3.00	24:20	8:06	5	1:56	61	7:18	7.00	46:15	6:36	5	3:57	63	13:59
Abzweig rote Brü	3.00	18:01	6:00	5	2:18	63	5:38	10.00	1:04:16	6:25	5	5:14	63	19:37
Ilseburg/Markt	6.50	26:22	4:03	7	4:19	73	8:36	16.50	1:30:38	5:29	5	9:33	66	28:13