



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Jan Seeliger

Dossard: 167

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59) A

Temps total: 1:40:45

Vitesse: 9.53 km/h
Kilométrage: 6:06 min/km

Place par parcours/Total: 126 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 99 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 11(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:21:05

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	23:46	5:56	10	4:26	97	8:32	4.00	23:46	5:56	10	4:26	97	8:32
Plessenburg	3.00	27:36	9:12	11	5:12	97	10:34	7.00	51:22	7:20	11	9:04	98	19:06
Abzweig rote Brü	3.00	21:30	7:10	12	5:47	111	9:07	10.00	1:12:52	7:17	11	13:50	101	28:13
Ilseburg/Markt	6.50	27:53	4:17	11	5:50	99	10:07	16.50	1:40:45	6:06	11	19:40	99	38:20