



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Holger Rothe

Association: LC RON HILL Berlin
Dossard: 149

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M60 (60-64) A

Temps total: 1:22:03

Vitesse: 11.70 km/h
Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 38 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 38 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25
Place par catégorie: 1(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:22:03

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes
Abzweig Tännental	4.00	20:39	5:09	2	0:04	46	5:25	4.00	20:39	5:09	2	0:04	46	5:25	4.00	20:39	5:09	2	0:04	46	5:25	2	0:04	46	5:25	2	0:04	46	5:25
Plessenburg	3.00	22:12	7:23	1	-	35	5:10	7.00	42:51	6:07	1	-	40	10:35	7.00	42:51	6:07	1	-	40	10:35	1	-	40	10:35	1	-	40	10:35
Abzweig rote Brü	3.00	16:25	5:28	2	0:15	37	4:02	10.00	59:16	5:55	1	-	41	14:37	10.00	59:16	5:55	1	-	41	14:37	1	-	41	14:37	1	-	41	14:37
Ilseburg/Markt	6.50	22:47	3:30	2	0:34	35	5:01	16.50	1:22:03	4:58	1	-	38	19:38	16.50	1:22:03	4:58	1	-	38	19:38	1	-	38	19:38	1	-	38	19:38