



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Frank stoisiek**

Association: CLUB PIONEROS GERMANY  
Dossard: 174

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M60 (60-64) A

Temps total: 1:47:52

Vitesse: 8.90 km/h  
Kilométrage: 6:32 min/km

Place par parcours/Total: 148 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 116 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 9(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:22:03

### 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	25:57	6:29	8	5:22	115	10:43	4.00	25:57	6:29	8	5:22	115	10:43
Plessenburg	3.00	31:56	10:38	12	9:44	133	14:54	7.00	57:53	8:16	9	15:02	125	25:37
Abzweig rote Brü	3.00	21:44	7:14	9	5:34	114	9:21	10.00	1:19:37	7:57	9	20:21	122	34:58
Ilseburg/Markt	6.50	28:15	4:20	7	6:02	105	10:29	16.50	1:47:52	6:32	9	25:49	116	45:27