41. Oster-Ilsetallauf
Ilsenburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Karl-Heinz Krause

Association: erst laufen dann saufen
Dossard: 104

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M60 (60-64) A

Temps total: 1:59:11

Vitesse: 8.05 km/h
Kilométrage: 7:13 min/km

Place par parcours/Total: 183 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 135 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 13(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:22:03

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Abzweig Tänntal	4.00	28:31	7:07	13	7:56	136	13:17	4.00	28:31	7:07	13	7:56	136	13:17
Plessenburg	3.00	32:01	10:40	13	9:49	135	14:59	7.00	1:00:32	8:38	12	17:41	135	28:16
Abzweig rote Brü	3.00	26:19	8:46	14	10:09	138	13:56	10.00	1:26:51	8:41	13	27:35	135	42:12
Ilsenburg/Markt	6.50	32:20	4:58	12	10:07	127	14:34	16.50	1:59:11	7:13	13	37:08	135	56:46