



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Ralph Dietz**

Association: DUV  
Dossard: 34

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M60 (60-64) A

Temps total: 2:11:54

Vitesse: 7.28 km/h  
Kilométrage: 7:59 min/km

Place par parcours/Total: 193 (de 198)  
Place par parcours/Hommes: 141 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 15(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:22:03

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	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	31:03	7:45	14	10:28	143	15:49	4.00	31:03	7:45	14	10:28	143	15:49
Plessenburg	3.00	31:34	10:31	10	9:22	131	14:32	7.00	1:02:37	8:56	14	19:46	138	30:21
Abzweig rote Brü	3.00	26:34	8:51	15	10:24	139	14:11	10.00	1:29:11	8:55	14	29:55	138	44:32
Ilseburg/Markt	6.50	42:43	6:34	15	20:30	144	24:57	16.50	2:11:54	7:59	15	49:51	141	1:09:29