



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Lothar Rochau

Association: LAV Halensia
Dossard: 146

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M70 (70-74) A

Temps total: 1:34:32

Vitesse: 10.16 km/h
Kilométrage: 5:43 min/km

Place par parcours/Total: 99 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 80 (de 144)
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25
Place par catégorie: 1(de 3)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:34:32

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	23:07	5:46	1	-	91	7:53	4.00	23:07	5:46	1	-	91	7:53
Plessenburg	3.00	26:56	8:58	1	-	90	9:54	7.00	50:03	7:08	1	-	92	17:47
Abzweig rote Brü	3.00	18:33	6:11	1	-	74	6:10	10.00	1:08:36	6:51	1	-	84	23:57
Ilseburg/Markt	6.50	25:56	3:59	1	-	65	8:10	16.50	1:34:32	5:43	1	-	80	32:07