



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Günter Tondock

Association: TG-Northeim
Dossard: 181

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M70 (70-74) A

Temps total: 1:55:30

Vitesse: 8.31 km/h
Kilométrage: 7:00 min/km

Place par parcours/Total: 174 (de 198)
Place par parcours/Hommes: 130 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:34:32

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	28:49	7:12	3	5:42	138	13:35	4.00	28:49	7:12	3	5:42	138	13:35
Plessenburg	3.00	30:51	10:16	3	3:55	124	13:49	7.00	59:40	8:31	3	9:37	132	27:24
Abzweig rote Brü	3.00	22:56	7:38	3	4:23	124	10:33	10.00	1:22:36	8:15	3	14:00	130	37:57
Ilseburg/Markt	6.50	32:54	5:03	3	6:58	130	15:08	16.50	1:55:30	7:00	3	20:58	130	53:05