



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Langer, Constanze

Verein: Wernigerode
Startnummer: 258

Strecke: 8,70 km
8,7 km - Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:42

Geschwindigkeit: 9,21 km/h
Laufleistung: 6:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 100 (von 121)

Strecken-Platzierung/Frauen: 38 (von 54)

Bestzeit der Strecke: 38:09

Kategorie-Platzierung: 10(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 40:53

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Abzweig Tännatal	4,00	27:10	6:47	10	7:34	37	8:42	4,00	27:10	6:47	10	7:34	37	8:42
Ilsenburg/Markt	4,70	29:32	6:17	10	8:15	39	9:51	8,70	56:42	6:31	10	15:49	38	18:33