



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detailauswertung

Herbst, Simone

Verein: SV Lok Blankenburg 1949 e.V.  
Startnummer: 54

Strecke: 16,50 km  
16,5 km - Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:27:49

Geschwindigkeit: 10,93 km/h  
Laufleistung: 5:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 51 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 4 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 1:24:07

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Abzweig Tännatal	4,00	21:14	5:18	2	0:33	4	2:47	4,00	21:14	5:18	2	0:33	4	2:47
Plessenburg	3,00	24:05	8:01	2	0:55	4	3:01	7,00	45:19	6:28	2	1:28	4	5:48
Abzweig rote Brü	3,00	17:32	5:50	2	1:06	4	2:40	10,00	1:02:51	6:17	2	2:34	4	8:28
Ilseburg/Markt	6,50	24:58	3:50	2	1:08	7	3:45	16,50	1:27:49	5:19	2	3:42	4	12:13