



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Geist, Kirsten

Verein: Gaensefurther Sportbewegung
Startnummer: 46

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

Kategorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:31:55

Geschwindigkeit: 10,44 km/h
Laufleistung: 5:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 67 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 9 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:30

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	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 Tännental	4,00	22:38	5:39	2	0:39	9	4:11	4,00	22:38	5:39	2	0:39	9	4:11	
Plessenburg	3,00	25:27	8:28	2	0:44	7	4:23	7,00	48:05	6:52	2	1:23	8	8:34	
Abzweig rote Brü	3,00	18:05	6:01	2	0:20	10	3:13	10,00	1:06:10	6:37	2	1:43	8	11:47	
Ilseburg/Markt	6,50	25:45	3:57	2	0:42	12	4:32	16,50	1:31:55	5:34	2	2:25	9	16:19	