



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Hartmann, Frederike

Verein: NSV Wernigerode
Startnummer: 50

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

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:35:01

Geschwindigkeit: 10,42 km/h
Laufleistung: 5:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 82 (von 135)
Strecken-Platzierung/Frauen: 14 (von 33)
Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)
Bestzeit in der Kategorie: 1:32:54

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	22:48	5:42	1	-	11	4:21	4,00	22:48	5:42	1	-	11	4:21	
Plessenburg	3,00	26:33	8:50	2	0:36	17	5:29	7,00	49:21	7:02	2	0:22	13	9:50	
Abzweig rote Brü	3,00	19:05	6:21	2	0:52	14	4:13	10,00	1:08:26	6:50	2	1:14	13	14:03	
Ilseburg/Markt	6,50	26:35	4:05	2	0:53	15	5:22	16,50	1:35:01	5:45	2	2:07	14	19:25	