



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Wienstroer, Antje

Verein: Bokensdorf
Startnummer: 137

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

Kategorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:36:50

Geschwindigkeit: 9,91 km/h
Laufleistung: 5:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 87 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 16 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:30

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 Tännental	4,00	24:36	6:09	3	2:37	16	6:09	4,00	24:36	6:09	3	2:37	16	6:09
Plessenburg	3,00	26:28	8:49	3	1:45	15	5:24	7,00	51:04	7:17	3	4:22	17	11:33
Abzweig rote Brü	3,00	19:29	6:29	3	1:44	16	4:37	10,00	1:10:33	7:03	3	6:06	17	16:10
Ilseburg/Markt	6,50	26:17	4:02	3	1:14	14	5:04	16,50	1:36:50	5:52	3	7:20	16	21:14