



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Collette, Nadine

Verein: Ilsenburg
Startnummer: 29

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

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:45:19

Geschwindigkeit: 9,40 km/h
Laufleistung: 6:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 104 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 19 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 1:28:52

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 Tännental	4,00	25:28	6:21	4	3:18	21	7:01	4,00	25:28	6:21	4	3:18	21	7:01
Plessenburg	3,00	28:00	9:20	3	3:45	19	6:56	7,00	53:28	7:38	3	7:03	19	13:57
Abzweig rote Brü	3,00	20:51	6:57	4	3:08	21	5:59	10,00	1:14:19	7:25	3	10:11	19	19:56
Ilsenburg/Markt	6,50	31:00	4:46	5	6:16	27	9:47	16,50	1:45:19	6:22	3	16:27	19	29:43