



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Ehrenfeld, Doreen

Verein: Seeburg
Startnummer: 37

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

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:45:29

Geschwindigkeit: 9,39 km/h
Laufleistung: 6:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 105 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 21 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 4(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	25:05	6:16	3	2:55	20	6:38	4,00	25:05	6:16	3	2:55	20	6:38
Plessenburg	3,00	29:56	9:58	5	5:41	25	8:52	7,00	55:01	7:51	4	8:36	21	15:30
Abzweig rote Brü	3,00	20:48	6:56	3	3:05	20	5:56	10,00	1:15:49	7:34	4	11:41	21	21:26
Ilsenburg/Markt	6,50	29:40	4:33	4	4:56	24	8:27	16,50	1:45:29	6:23	4	16:37	21	29:53