



# 40. Oster-Ilsetalllauf

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: 9,10 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 | Split | Split  | Platz | Rückst. | Platz  | Rückst. | Gesamt | Gesamt  | Gesamt | Platz | Rückst. | Platz  | Rückst. |
|-------------------|-------|-------|--------|-------|---------|--------|---------|--------|---------|--------|-------|---------|--------|---------|
|                   | km    | Zeit  | min/km | Kat.  | Kat.    | Frauer | Frauen  |        |         |        | km    | Zeit    | min/km | Kat.    |
| 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   |