



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Lippelt, Janine

Verein: TSV Destedt
Startnummer: 79

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

Kategorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:50:52

Geschwindigkeit: 8,93 km/h
Laufleistung: 6:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 123 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 28 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 1:32:24

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	27:41	6:55	5	5:22	31	9:14	4,00	27:41	6:55	5	5:22	31	9:14
Plessenburg	3,00	29:29	9:49	4	3:16	21	8:25	7,00	57:10	8:09	4	8:29	27	17:39
Abzweig rote Brü	3,00	22:58	7:39	6	4:41	31	8:06	10,00	1:20:08	8:00	5	13:10	28	25:45
Ilseburg/Markt	6,50	30:44	4:43	4	5:18	25	9:31	16,50	1:50:52	6:43	4	18:28	28	35:16