



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Lippel, Jennifer

Verein: erst laufen dann saufen
Startnummer: 78

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

Kategorie:
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:05:42

Geschwindigkeit: 7,64 km/h
Laufleistung: 7:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 134 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 33 (von 33)

Bestzeit der Strecke: 1:15:36

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 1:15:36

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Abzweig Tännatal	4,00	26:59	6:44	4	8:32	27	8:32	4,00	26:59	6:44	4	8:32	27	8:32
Plessenburg	3,00	38:25	12:48	4	17:21	33	17:21	7,00	1:05:24	9:20	4	25:53	33	25:53
Abzweig rote Brü	3,00	27:33	9:11	4	12:41	33	12:41	10,00	1:32:57	9:17	4	38:34	33	38:34
Ilsenburg/Markt	6,50	32:45	5:02	4	11:32	33	11:32	16,50	2:05:42	7:37	4	50:06	33	50:06