



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detailauswertung

### Malou Traina

Verein: Beatthemiles  
Startnummer: 182

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

Kategorie:  
Frauen (20-29) A

Gesamt-Zeit: 1:35:41

Geschwindigkeit: 10,03 km/h  
Laufleistung: 5:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 105 (von 198)

Strecken-Platzierung/Frauen: 21 (von 54)

Bestzeit der Strecke: 1:23:04

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 1:31:06

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Abzweig Tännental	4,00	22:02	5:30	1	-	13	2:32	4,00	22:02	5:30	1	-	13	2:32
Plessenburg	3,00	28:01	9:20	5	2:42	26	4:20	7,00	50:03	7:08	4	2:32	23	6:21
Abzweig rote Brü	3,00	18:38	6:12	2	0:57	18	2:13	10,00	1:08:41	6:52	4	2:26	21	8:29
Ilseburg/Markt	6,50	27:00	4:09	4	2:09	21	4:08	16,50	1:35:41	5:47	4	4:35	21	12:37