



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detailauswertung

Kristin Krumbiegel

Verein: erst laufen dann saufen
Startnummer: 109

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

Kategorie:
Seniorinnen W35 (35-39) A

Gesamt-Zeit: 2:14:06

Geschwindigkeit: 7,38 km/h
Laufleistung: 8:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 197 (von 198)

Strecken-Platzierung/Frauen: 54 (von 54)

Bestzeit der Strecke: 1:23:04

Kategorie-Platzierung: 12(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:03

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	30:28	7:36	12	10:05	53	10:58	4,00	30:28	7:36	12	10:05	53	10:58
Plessenburg	3,00	35:44	11:54	12	10:39	52	12:03	7,00	1:06:12	9:27	12	20:44	52	22:30
Abzweig rote Brü	3,00	30:32	10:10	12	12:36	54	14:07	10,00	1:36:44	9:40	12	33:20	54	36:32
Ilseburg/Markt	6,50	37:22	5:44	11	12:17	53	14:30	16,50	2:14:06	8:07	12	45:03	54	51:02