



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Seel, Jana

Asociación: LAV 07 Bad Harzburg
Dorsal: 119

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:15:36

velocidad: 13.10 km/h
rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 23 (de 135)
posición en el recorrido/Women: 1 (de 33)
mejor tiempo del recorrido: 1:15:36

posición en la categoría: 1 (de 4)
mejor tiempo en la categoría: 1:15:36

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoria	categoria	Women	Women				km	tiempo	min/km	categoria
Abzweig Tännental	4.00	18:27	4:36	1	-	1	-	4.00	18:27	4:36	1	-	1	-
Plessenburg	3.00	21:04	7:01	1	-	1	-	7.00	39:31	5:38	1	-	1	-
Abzweig rote Brü	3.00	14:52	4:57	1	-	1	-	10.00	54:23	5:26	1	-	1	-
Ilseburg/Markt	6.50	21:13	3:15	1	-	1	-	16.50	1:15:36	4:34	1	-	1	-