



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Geist, Kirsten

Asociación: Gaensefurther Sportbewegung

Dorsal: 46

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:31:55

velocidad: 10.44 km/h

rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 67 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 9 (de 33)

mejor tiempo del recorrido: 1:15:36

posición en la categoría: 2(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 1:29:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	posición Women	retraso Women	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	posición Women	
Abzweig Tännental	4.00	22:38	5:39	2	0:39	9	4:11	4.00	22:38	5:39	2	0:39	9	4:11
Plessenburg	3.00	25:27	8:28	2	0:44	7	4:23	7.00	48:05	6:52	2	1:23	8	8:34
Abzweig rote Brü	3.00	18:05	6:01	2	0:20	10	3:13	10.00	1:06:10	6:37	2	1:43	8	11:47
Ilseburg/Markt	6.50	25:45	3:57	2	0:42	12	4:32	16.50	1:31:55	5:34	2	2:25	9	16:19