



40. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Wienstroer, Antje

Asociación: Bokensdorf
Dorsal: 137

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:36:50

velocidad: 10.22 km/h
rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 87 (de 135)
posición en el recorrido/Women: 16 (de 33)
mejor tiempo del recorrido: 1:15:36

posición en la categoría: 3(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 1:29:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km				
Abzweig Tännental	4.00	24:36	6:09	3	2:37	16	6:09	4.00	24:36	6:09	3	2:37	16	6:09
Plessenburg	3.00	26:28	8:49	3	1:45	15	5:24	7.00	51:04	7:17	3	4:22	17	11:33
Abzweig rote Brü	3.00	19:29	6:29	3	1:44	16	4:37	10.00	1:10:33	7:03	3	6:06	17	16:10
Ilseburg/Markt	6.50	26:17	4:02	3	1:14	14	5:04	16.50	1:36:50	5:52	3	7:20	16	21:14