



## 40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

### evaluación detallada

**Collette, Nadine**

Asociación: Ilsenburg

Dorsal: 29

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:45:19

velocidad: 9.40 km/h

rendimiento en carrera: 6:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 104 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 19 (de 33)

mejor tiempo del recorrido: 1:15:36

posición en la categoría: 3(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 1:28:52

### 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  | 25:28  | 6:21   | 4         | 3:18      | 21      | 7:01    | 4.00  | 25:28   | 6:21  | 4       | 3:18    | 21      | 7:01      |
| Plessenburg       | 3.00  | 28:00  | 9:20   | 3         | 3:45      | 19      | 6:56    | 7.00  | 53:28   | 7:38  | 3       | 7:03    | 19      | 13:57     |
| Abzweig rote Brü  | 3.00  | 20:51  | 6:57   | 4         | 3:08      | 21      | 5:59    | 10.00 | 1:14:19 | 7:25  | 3       | 10:11   | 19      | 19:56     |
| Ilsenburg/Markt   | 6.50  | 31:00  | 4:46   | 5         | 6:16      | 27      | 9:47    | 16.50 | 1:45:19 | 6:22  | 3       | 16:27   | 19      | 29:43     |