



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Ehrenfeld, Doreen

Asociación: Seeburg

Dorsal: 37

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:45:29

velocidad: 9.10 km/h

rendimiento en carrera: 6:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 105 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 21 (de 33)

mejor tiempo del recorrido: 1:15:36

posición en la categoría: 4(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 1:28:52

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	25:05	6:16	3	2:55	20	6:38	4.00	25:05	6:16	3	2:55	20	6:38
Plessenburg	3.00	29:56	9:58	5	5:41	25	8:52	7.00	55:01	7:51	4	8:36	21	15:30
Abzweig rote Brü	3.00	20:48	6:56	3	3:05	20	5:56	10.00	1:15:49	7:34	4	11:41	21	21:26
Ilseburg/Markt	6.50	29:40	4:33	4	4:56	24	8:27	16.50	1:45:29	6:23	4	16:37	21	29:53