



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

evaluación detallada

Bothe, Nancy

Asociación: Gaensefurther Sportbewegung

Dorsal: 19

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:51:17

velocidad: 8.63 km/h

rendimiento en carrera: 6:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 126 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 31 (de 33)

mejor tiempo del recorrido: 1:15:36

posición en la categoría: 6(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	retraso Women	posición categoría	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women		
Abzweig Tännental	4.00	27:32	6:53	6	5:22	29	9:05	4.00	27:32	6:53	6	5:22	29	9:05
Plessenburg	3.00	29:47	9:55	4	5:32	24	8:43	7.00	57:19	8:11	6	10:54	29	17:48
Abzweig rote Brü	3.00	22:57	7:38	6	5:14	29	8:05	10.00	1:20:16	8:01	6	16:08	30	25:53
Ilseburg/Markt	6.50	31:01	4:46	6	6:17	29	9:48	16.50	1:51:17	6:44	6	22:25	31	35:41