



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## evaluación detallada

**Portwig, Jennifer**

Asociación: Ohne

Dorsal: 281

recorrido: 8.70 km

8,7 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 48:45

velocidad: 9.85 km/h

rendimiento en carrera: 5:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 60 (de 121)

posición en el recorrido/Women: 18 (de 54)

mejor tiempo del recorrido: 38:09

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 40:17

## 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	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Abzweig Tännental	4.00	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32	4.00	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32
Ilseburg/Markt	4.70	24:45	5:15	3	4:03	19	5:04	8.70	48:45	5:36	3	8:28	18	10:36