



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Leonie Steiner

Asociación: Hannover 96 Triathlon
Dorsal: 169

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Seniorinnen W30 (30-34) A

tiempo total: 1:30:48

velocidad: 10.57 km/h
rendimiento en carrera: 5:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 198)
posición en el recorrido/Women: 9 (de 54)
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 3(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 1:27:51

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	posición Women	retraso Women	
Abzweig Tännental	4.00	21:39	5:24	4	0:28	10	2:09	4.00	21:39	5:24	4	0:28	10	2:09
Plessenburg	3.00	24:50	8:16	3	1:02	7	1:09	7.00	46:29	6:38	3	1:30	8	2:47
Abzweig rote Brü	3.00	18:12	6:03	3	1:17	13	1:47	10.00	1:04:41	6:28	3	2:31	9	4:29
Ilseburg/Markt	6.50	26:07	4:01	3	1:02	15	3:15	16.50	1:30:48	5:30	3	2:57	9	7:44