



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Christel Strohm

Dorsal: 215

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W30 (30-34) A

tiempo total: 1:51:04

velocidad: 8.91 km/h

rendimiento en carrera: 6:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 158 (de 198)

posición en el recorrido/Women: 37 (de 54)

mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 5(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 1:27:51

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	28:17	7:04	5	7:06	41	8:47	4.00	28:17	7:04	5	7:06	41	8:47
Plessenburg	3.00	30:37	10:12	5	6:49	35	6:56	7.00	58:54	8:24	5	13:55	38	15:12
Abzweig rote Brü	3.00	22:32	7:30	5	5:37	38	6:07	10.00	1:21:26	8:08	5	19:16	39	21:14
Ilseburg/Markt	6.50	29:38	4:33	5	4:33	34	6:46	16.50	1:51:04	6:43	5	23:13	37	28:00