



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Anja Kossak

Asociación: Blankenburger Wadenqual
Dorsal: 99

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Seniorinnen W35 (35-39) A

tiempo total: 1:33:17

velocidad: 10.61 km/h
rendimiento en carrera: 5:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 93 (de 198)
posición en el recorrido/Women: 18 (de 54)
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 3(de 12)
mejor tiempo en la categoría: 1:29:03

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|-------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------|-----------------|-------------------|----------------------|-------------------|------------------|----|-------|
| | | | | retraso categoría | posición Women | retraso Women | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso categoría | posición Women | retraso Women | | |
| Abzweig Tännental | 4.00 | 22:40 | 5:40 | 3 | 2:17 | 17 | 3:10 | 4.00 | 22:40 | 5:40 | 3 | 2:17 | 17 | 3:10 |
| Plessenburg | 3.00 | 27:04 | 9:01 | 4 | 1:59 | 23 | 3:23 | 7.00 | 49:44 | 7:06 | 4 | 4:16 | 21 | 6:02 |
| Abzweig rote Brü | 3.00 | 18:28 | 6:09 | 3 | 0:32 | 17 | 2:03 | 10.00 | 1:08:12 | 6:49 | 3 | 4:48 | 20 | 8:00 |
| Ilseburg/Markt | 6.50 | 25:05 | 3:51 | 1 | - | 6 | 2:13 | 16.50 | 1:33:17 | 5:39 | 3 | 4:14 | 18 | 10:13 |