



41. Oster-Ilsetallauf  
Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Monika Bauer

Asociación: Hamburg Running  
Dorsal: 6

recorrido: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W35 (35-39) A

tiempo total: 1:42:41

velocidad: 9.35 km/h  
rendimiento en carrera: 6:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 136 (de 198)  
posición en el recorrido/Women: 30 (de 54)  
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 5(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	retraso Women	posición categoría	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women		
Abzweig Tännental	4.00	24:25	6:06	6	4:02	28	4:55	4.00	24:25	6:06	6	4:02	28	4:55
Plessenburg	3.00	28:18	9:26	5	3:13	28	4:37	7.00	52:43	7:31	5	7:15	27	9:01
Abzweig rote Brü	3.00	20:39	6:52	6	2:43	29	4:14	10.00	1:13:22	7:20	5	9:58	28	13:10
Ilseburg/Markt	6.50	29:19	4:30	6	4:14	31	6:27	16.50	1:42:41	6:13	5	13:38	30	19:37