



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Antje Göbel-Damrau

Asociación: HGL 1978 e.V. Wernigerode

Dorsal: 360

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44) A

tiempo total: 1:23:48

velocidad: 11.46 km/h

rendimiento en carrera: 5:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 45 (de 198)

posición en el recorrido/Women: 2 (de 54)

mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 2(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 1:23:04

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	20:01	5:00	2	0:31	2	0:31	4.00	20:01	5:00	2	0:31	2	0:31
Plessenburg	3.00	23:41	7:53	1	-	1	-	7.00	43:42	6:14	1	-	1	-
Abzweig rote Brü	3.00	16:45	5:34	2	0:20	2	0:20	10.00	1:00:27	6:02	2	0:15	2	0:15
Ilseburg/Markt	6.50	23:21	3:35	2	0:29	2	0:29	16.50	1:23:48	5:04	2	0:44	2	0:44