



41. Oster-Ilsetallauf  
Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Martina Wadehn

Dorsal: 190

recorrido: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44) A

tiempo total: 1:53:58

velocidad: 8.42 km/h  
rendimiento en carrera: 6:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 166 (de 198)  
posición en el recorrido/Women: 39 (de 54)  
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 7(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	27:15	6:48	7	7:45	38	7:45	4.00	27:15	6:48	7	7:45	38	7:45
Plessenburg	3.00	32:17	10:45	7	8:36	46	8:36	7.00	59:32	8:30	7	15:50	44	15:50
Abzweig rote Brü	3.00	22:08	7:22	7	5:43	36	5:43	10.00	1:21:40	8:10	7	21:28	40	21:28
Ilseburg/Markt	6.50	32:18	4:58	7	9:26	46	9:26	16.50	1:53:58	6:54	7	30:54	39	30:54