



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

evaluación detallada

Jennifer Portwig

Dorsal: 134

recorrido: 16.50 km
16,5 km - Lauf

categoría:
Seniorinnen W45 (45-49) A

tiempo total: 1:41:55

velocidad: 9.42 km/h
rendimiento en carrera: 6:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 131 (de 198)
posición en el recorrido/Women: 28 (de 54)
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 3(de 10)
mejor tiempo en la categoría: 1:31:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	posición Women	retraso Women	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	posición Women	
Abzweig Tännental	4.00	23:45	5:56	2	1:47	24	4:15	4.00	23:45	5:56	2	1:47	24	4:15
Plessenburg	3.00	29:28	9:49	3	4:19	33	5:47	7.00	53:13	7:36	2	6:06	28	9:31
Abzweig rote Brü	3.00	20:28	6:49	3	2:01	27	4:03	10.00	1:13:41	7:22	3	8:07	29	13:29
Ilseburg/Markt	6.50	28:14	4:20	3	2:04	28	5:22	16.50	1:41:55	6:10	3	10:11	28	18:51