



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

### Verena Hildebrandt

Asociación: Gaensefurther Sportbewegung  
Dorsal: 75

recorrido: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W45 (45-49) A

tiempo total: 1:59:47

velocidad: 8.01 km/h  
rendimiento en carrera: 7:15 min/km

posición en el recorrido/Total: 184 (de 198)  
posición en el recorrido/Women: 49 (de 54)  
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 8(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	posición Women	retraso Women	
Abzweig Tännental	4.00	28:28	7:06	7	6:30	43	8:58	4.00	28:28	7:06	7	6:30	43	8:58
Plessenburg	3.00	33:16	11:05	8	8:07	49	9:35	7.00	1:01:44	8:49	8	14:37	49	18:02
Abzweig rote Brü	3.00	24:03	8:01	7	5:36	46	7:38	10.00	1:25:47	8:34	8	20:13	50	25:35
Ilseburg/Markt	6.50	34:00	5:13	8	7:50	48	11:08	16.50	1:59:47	7:15	8	28:03	49	36:43