



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Angela Kralemann-Köhler**

Asociación: Wir machen's laufend!  
Dorsal: 102

recorrido: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W45 (45-49) A

tiempo total: 2:12:53

velocidad: 7.22 km/h  
rendimiento en carrera: 8:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 194 (de 198)  
posición en el recorrido/Women: 53 (de 54)  
mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 10(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	retraso Women	posición categoría	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	posición Women	retraso Women	
Abzweig Tännental	4.00	33:49	8:27	10	11:51	54	14:19	4.00	33:49	8:27	10	11:51	54	14:19
Plessenburg	3.00	36:59	12:19	9	11:50	53	13:18	7.00	1:10:48	10:06	10	23:41	54	27:06
Abzweig rote Brü	3.00	25:51	8:37	10	7:24	52	9:26	10.00	1:36:39	9:39	10	31:05	53	36:27
Ilseburg/Markt	6.50	36:14	5:34	10	10:04	52	13:22	16.50	2:12:53	8:03	10	41:09	53	49:49