



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Christa Tondock**

Asociación: TG-Northeim

Dorsal: 180

recorrido: 16.50 km

16,5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W65 (65-69) A

tiempo total: 1:55:29

velocidad: 8.31 km/h

rendimiento en carrera: 6:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 173 (de 198)

posición en el recorrido/Women: 44 (de 54)

mejor tiempo del recorrido: 1:23:04

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 1:55:29

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	posició Women	retraso Women	
Abzweig Tännental	4.00	28:50	7:12	1	-	49	9:20	4.00	28:50	7:12	1	-	49	9:20
Plessenburg	3.00	30:50	10:16	1	-	40	7:09	7.00	59:40	8:31	1	-	45	15:58
Abzweig rote Brü	3.00	22:56	7:38	1	-	40	6:31	10.00	1:22:36	8:15	1	-	41	22:24
Ilseburg/Markt	6.50	32:53	5:03	1	-	47	10:01	16.50	1:55:29	6:59	1	-	44	32:25