



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

## Exploitation détaillée

Krämer, Sina

Association: Gifhorn  
Dossard: 327

Circuit: 8.70 km  
8,7 km - Lauf

Catégorie:  
Frauen (20-29 Jahre)

Temps total: 45:17

Vitesse: 10.60 km/h  
Kilométrage: 5:12 min/km

Place par parcours/Total: 41 (de 121)  
Place par parcours/Femmes: 13 (de 54)  
Meilleur temps dans le parcours: 38:09  
Place par catégorie: 4(de 12)  
Meilleur temps dans la catégorie: 44:40

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Abzweig Tännental	4.00	22:13	5:33	4	2:29	14	3:45	4.00	22:13	5:33	4	2:29	14	3:45
Ilsenburg/Markt	4.70	23:04	4:54	3	0:14	12	3:23	8.70	45:17	5:12	4	0:37	13	7:08