



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Langer, Constanze

Association: Wernigerode
Dossard: 258

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 56:42

Vitesse: 8.47 km/h
Kilométrage: 6:31 min/km

Place par parcours/Total: 100 (de 121)
Place par parcours/Femmes: 38 (de 54)
Meilleur temps dans le parcours: 38:09
Place par catégorie: 10(de 12)
Meilleur temps dans la catégorie: 40:53

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 Tännatal	4.00	27:10	6:47	10	7:34	37	8:42	4.00	27:10	6:47	10	7:34	37	8:42
Ilsenburg/Markt	4.70	29:32	6:17	10	8:15	39	9:51	8.70	56:42	6:31	10	15:49	38	18:33