



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Ritter, Elisa

Association: Halle
Dossard: 100

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:22:32

Vitesse: 12.00 km/h
Kilométrage: 5:00 min/km

Place par parcours/Total: 36 (de 135)
Place par parcours/Femmes: 2 (de 33)
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36
Place par catégorie: 2(de 4)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:15:36

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes		
Abzweig Tännental	4.00	20:39	5:09	2	2:12	2	2:12	4.00	20:39	5:09	2	2:12	2	2:12	4.00	20:39	5:09	2	2:12	2	2:12	2	2:12	2	2:12			
Plessenburg	3.00	22:12	7:23	2	1:08	2	1:08	7.00	42:51	6:07	2	3:20	2	3:20	7.00	42:51	6:07	2	3:20	2	3:20	2	3:20	2	3:20			
Abzweig rote Brü	3.00	16:33	5:30	2	1:41	3	1:41	10.00	59:24	5:56	2	5:01	2	5:01	10.00	59:24	5:56	2	5:01	2	5:01	2	5:01	2	5:01			
Ilseburg/Markt	6.50	23:08	3:33	2	1:55	2	1:55	16.50	1:22:32	5:00	2	6:56	2	6:56	16.50	1:22:32	5:00	2	6:56	2	6:56	2	6:56	2	6:56			