



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Dickehut, Nancy

Association: Brockenlaufverein
Dossard: 20

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:32:54

Vitesse: 10.66 km/h
Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 73 (de 135)
Place par parcours/Femmes: 11 (de 33)
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36
Place par catégorie: 1(de 3)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:32:54

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	23:02	5:45	2	0:14	12	4:35	4.00	23:02	5:45	2	0:14	12	4:35	
Plessenburg	3.00	25:57	8:39	1	-	10	4:53	7.00	48:59	6:59	1	-	12	9:28	
Abzweig rote Brü	3.00	18:13	6:04	1	-	11	3:21	10.00	1:07:12	6:43	1	-	11	12:49	
Ilseburg/Markt	6.50	25:42	3:57	1	-	11	4:29	16.50	1:32:54	5:37	1	-	11	17:18	