



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Exploitation détaillée

Schenk, Liesbeth

Association: HSV 2002 Abt Triathlon  
Dossard: 145

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Frauen (20-29 Jahre)

Temps total: 1:33:17

Vitesse: 10.61 km/h  
Kilométrage: 5:39 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 135)  
Place par parcours/Femmes: 12 (de 33)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36  
Place par catégorie: 2(de 5)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:30:53

### 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	24:38	6:09	3	2:16	17	6:11	4.00	24:38	6:09	3	2:16	17	6:11	4.00	24:38	6:09	3	2:16	17	6:11	3	2:16	17	6:11	3	2:16	17	6:11
Plessenburg	3.00	26:05	8:41	2	0:28	11	5:01	7.00	50:43	7:14	3	2:44	16	11:12	7.00	50:43	7:14	3	2:44	16	11:12	3	2:44	16	11:12	3	2:44	16	11:12
Abzweig rote Brü	3.00	17:49	5:56	2	0:06	8	2:57	10.00	1:08:32	6:51	2	2:50	14	14:09	10.00	1:08:32	6:51	2	2:50	14	14:09	2	2:50	14	14:09	2	2:50	14	14:09
Ilseburg/Markt	6.50	24:45	3:48	1	-	6	3:32	16.50	1:33:17	5:39	2	2:24	12	17:41	16.50	1:33:17	5:39	2	2:24	12	17:41	2	2:24	12	17:41	2	2:24	12	17:41