



# 40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Exploitation détaillée

**Pfaff, Ludmilla**

Association: WeRun4Fun e. V.  
Dossard: 90

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:33:25

Vitesse: 10.60 km/h  
Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 77 (de 135)  
Place par parcours/Femmes: 13 (de 33)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36

Place par catégorie: 2(de 6)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:32:24

### 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	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Abzweig Tännental	4.00	22:45	5:41	2	0:26	10	4:18	4.00	22:45	5:41	2	0:26	10	4:18	4.00	22:45	5:41	2	0:26	10	4:18	4.00	22:45	5:41	2	0:26	10	4:18
Plessenburg	3.00	26:13	8:44	1	-	13	5:09	7.00	48:58	6:59	2	0:17	11	9:27	7.00	48:58	6:59	2	0:17	11	9:27	7.00	48:58	6:59	2	0:17	11	9:27
Abzweig rote Brü	3.00	18:23	6:07	2	0:06	13	3:31	10.00	1:07:21	6:44	2	0:23	12	12:58	10.00	1:07:21	6:44	2	0:23	12	12:58	10.00	1:07:21	6:44	2	0:23	12	12:58
Ilseburg/Markt	6.50	26:04	4:00	2	0:38	13	4:51	16.50	1:33:25	5:39	2	1:01	13	17:49	16.50	1:33:25	5:39	2	1:01	13	17:49	16.50	1:33:25	5:39	2	1:01	13	17:49