



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Hartmann, Frederike

Association: NSV Wernigerode

Dossard: 50

Circuit: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:35:01

Vitesse: 10.10 km/h

Kilométrage: 5:46 min/km

Place par parcours/Total: 82 (de 135)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 33)

Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:32:54

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 Tännental	4.00	22:48	5:42	1	-	11	4:21	4.00	22:48	5:42	1	-	11	4:21
Plessenburg	3.00	26:33	8:50	2	0:36	17	5:29	7.00	49:21	7:02	2	0:22	13	9:50
Abzweig rote Brü	3.00	19:05	6:21	2	0:52	14	4:13	10.00	1:08:26	6:50	2	1:14	13	14:03
Ilseburg/Markt	6.50	26:35	4:05	2	0:53	15	5:22	16.50	1:35:01	5:45	2	2:07	14	19:25