



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Collette, Nadine

Association: Ilsenburg
Dossard: 29

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:45:19

Vitesse: 9.40 km/h
Kilométrage: 6:23 min/km

Place par parcours/Total: 104 (de 135)
Place par parcours/Femmes: 19 (de 33)
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36

Place par catégorie: 3(de 6)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:28:52

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	25:28	6:21	4	3:18	21	7:01	4.00	25:28	6:21	4	3:18	21	7:01	4.00	25:28	6:21	4	3:18	21	7:01	4	3:18	21	7:01	4	3:18	21	7:01
Plessenburg	3.00	28:00	9:20	3	3:45	19	6:56	7.00	53:28	7:38	3	7:03	19	13:57	7.00	53:28	7:38	3	7:03	19	13:57	7.00	53:28	7:38	3	7:03	19	13:57	
Abzweig rote Brü	3.00	20:51	6:57	4	3:08	21	5:59	10.00	1:14:19	7:25	3	10:11	19	19:56	10.00	1:14:19	7:25	3	10:11	19	19:56	10.00	1:14:19	7:25	3	10:11	19	19:56	
Ilsenburg/Markt	6.50	31:00	4:46	5	6:16	27	9:47	16.50	1:45:19	6:22	3	16:27	19	29:43	16.50	1:45:19	6:22	3	16:27	19	29:43	16.50	1:45:19	6:22	3	16:27	19	29:43	