



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Lippelt, Janine

Association: TSV Destedt
Dossard: 79

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:50:52

Vitesse: 8.66 km/h
Kilométrage: 6:43 min/km

Place par parcours/Total: 123 (de 135)
Place par parcours/Femmes: 28 (de 33)
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36

Place par catégorie: 4(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	27:41	6:55	5	5:22	31	9:14	4.00	27:41	6:55	5	5:22	31	9:14	4.00	27:41	6:55	5	5:22	31	9:14	4.00	27:41	6:55	5	5:22	31	9:14
Plessenburg	3.00	29:29	9:49	4	3:16	21	8:25	7.00	57:10	8:09	4	8:29	27	17:39	7.00	57:10	8:09	4	8:29	27	17:39	7.00	57:10	8:09	4	8:29	27	17:39
Abzweig rote Brü	3.00	22:58	7:39	6	4:41	31	8:06	10.00	1:20:08	8:00	5	13:10	28	25:45	10.00	1:20:08	8:00	5	13:10	28	25:45	10.00	1:20:08	8:00	5	13:10	28	25:45
Ilsenburg/Markt	6.50	30:44	4:43	4	5:18	25	9:31	16.50	1:50:52	6:43	4	18:28	28	35:16	16.50	1:50:52	6:43	4	18:28	28	35:16	16.50	1:50:52	6:43	4	18:28	28	35:16