



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 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: 8.93 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		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	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
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
Ilseburg/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