



40. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Kasperkowitz, Kim

Association: Ausdauerschule bunert
Dossard: 66

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:56:30

Vitesse: 8.24 km/h
Kilométrage: 7:04 min/km

Place par parcours/Total: 131 (de 135)
Place par parcours/Femmes: 32 (de 33)
Meilleur temps dans le parcours: 1:15:36

Place par catégorie: 3(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	28:27	7:06	3	5:39	33	10:00	4.00	28:27	7:06	3	5:39	33	10:00
Plessenburg	3.00	31:55	10:38	3	5:58	31	10:51	7.00	1:00:22	8:37	3	11:23	32	20:51
Abzweig rote Brü	3.00	24:32	8:10	3	6:19	32	9:40	10.00	1:24:54	8:29	3	17:42	32	30:31
Ilseburg/Markt	6.50	31:36	4:51	3	5:54	32	10:23	16.50	1:56:30	7:03	3	23:36	32	40:54