



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Portwig, Jennifer

Association: Ohne
Dossard: 281

Circuit: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 48:45

Vitesse: 9.85 km/h
Kilométrage: 5:36 min/km

Place par parcours/Total: 60 (de 121)

Place par parcours/Femmes: 18 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 38:09

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:17

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	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes		
Abzweig Tännental	4.00	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32	4.00	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32	4.00	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32							
Ilsenburg/Markt	4.70	24:45	5:15	3	4:03	19	5:04	8.70	48:45	5:36	3	8:28	18	10:36	8.70	48:45	5:36	3	8:28	18	10:36							