



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

### Malou Traina

Association: Beatthemiles  
Dossard: 182

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Frauen (20-29) A

Temps total: 1:35:41

Vitesse: 10.03 km/h  
Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 105 (de 198)  
Place par parcours/Femmes: 21 (de 54)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 4(de 6)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:31:06

### 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	22:02	5:30	1	-	13	2:32	4.00	22:02	5:30	1	-	13	2:32	4.00	22:02	5:30	1	-	13	2:32	4.00	22:02	5:30	1	-	13	2:32
Plessenburg	3.00	28:01	9:20	5	2:42	26	4:20	7.00	50:03	7:08	4	2:32	23	6:21	7.00	50:03	7:08	4	2:32	23	6:21	7.00	50:03	7:08	4	2:32	23	6:21
Abzweig rote Brü	3.00	18:38	6:12	2	0:57	18	2:13	10.00	1:08:41	6:52	4	2:26	21	8:29	10.00	1:08:41	6:52	4	2:26	21	8:29	10.00	1:08:41	6:52	4	2:26	21	8:29
Ilseburg/Markt	6.50	27:00	4:09	4	2:09	21	4:08	16.50	1:35:41	5:47	4	4:35	21	12:37	16.50	1:35:41	5:47	4	4:35	21	12:37	16.50	1:35:41	5:47	4	4:35	21	12:37