



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Leonie Steiner

Association: Hannover 96 Triathlon
Dossard: 169

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W30 (30-34) A

Temps total: 1:30:48

Vitesse: 10.57 km/h
Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 76 (de 198)
Place par parcours/Femmes: 9 (de 54)
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 3(de 5)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:27:51

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	21:39	5:24	4	0:28	10	2:09	4.00	21:39	5:24	4	0:28	10	2:09	4.00	21:39	5:24	4	0:28	10	2:09	4.00	21:39	5:24	4	0:28	10	2:09
Plessenburg	3.00	24:50	8:16	3	1:02	7	1:09	7.00	46:29	6:38	3	1:30	8	2:47	7.00	46:29	6:38	3	1:30	8	2:47	7.00	46:29	6:38	3	1:30	8	2:47
Abzweig rote Brü	3.00	18:12	6:03	3	1:17	13	1:47	10.00	1:04:41	6:28	3	2:31	9	4:29	10.00	1:04:41	6:28	3	2:31	9	4:29	10.00	1:04:41	6:28	3	2:31	9	4:29
Ilseburg/Markt	6.50	26:07	4:01	3	1:02	15	3:15	16.50	1:30:48	5:30	3	2:57	9	7:44	16.50	1:30:48	5:30	3	2:57	9	7:44	16.50	1:30:48	5:30	3	2:57	9	7:44