



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

Christel Strohm

Dossard: 215

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W30 (30-34) A

Temps total: 1:51:04

Vitesse: 8.64 km/h  
Kilométrage: 6:43 min/km

Place par parcours/Total: 158 (de 198)  
Place par parcours/Femmes: 37 (de 54)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

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

### 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	28:17	7:04	5	7:06	41	8:47	4.00	28:17	7:04	5	7:06	41	8:47
Plessenburg	3.00	30:37	10:12	5	6:49	35	6:56	7.00	58:54	8:24	5	13:55	38	15:12
Abzweig rote Brü	3.00	22:32	7:30	5	5:37	38	6:07	10.00	1:21:26	8:08	5	19:16	39	21:14
Ilseburg/Markt	6.50	29:38	4:33	5	4:33	34	6:46	16.50	1:51:04	6:43	5	23:13	37	28:00