



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Kristin Krumbiegel

Association: erst laufen dann saufen
Dossard: 109

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W35 (35-39) A

Temps total: 2:14:06

Vitesse: 7.16 km/h
Kilométrage: 8:07 min/km

Place par parcours/Total: 197 (de 198)
Place par parcours/Femmes: 54 (de 54)
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 12(de 12)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:29:03

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 | 30:28 | 7:36 | 12 | 10:05 | 53 | 10:58 | 4.00 | 30:28 | 7:36 | 12 | 10:05 | 53 | 10:58 | 4.00 | 30:28 | 7:36 | 12 | 10:05 | 53 | 10:58 | 4.00 | 30:28 | 7:36 | 12 | 10:05 | 53 | 10:58 |
| Plessenburg | 3.00 | 35:44 | 11:54 | 12 | 10:39 | 52 | 12:03 | 7.00 | 1:06:12 | 9:27 | 12 | 20:44 | 52 | 22:30 | 7.00 | 1:06:12 | 9:27 | 12 | 20:44 | 52 | 22:30 | 7.00 | 1:06:12 | 9:27 | 12 | 20:44 | 52 | 22:30 |
| Abzweig rote Brü | 3.00 | 30:32 | 10:10 | 12 | 12:36 | 54 | 14:07 | 10.00 | 1:36:44 | 9:40 | 12 | 33:20 | 54 | 36:32 | 10.00 | 1:36:44 | 9:40 | 12 | 33:20 | 54 | 36:32 | 10.00 | 1:36:44 | 9:40 | 12 | 33:20 | 54 | 36:32 |
| Ilseburg/Markt | 6.50 | 37:22 | 5:44 | 11 | 12:17 | 53 | 14:30 | 16.50 | 2:14:06 | 8:07 | 12 | 45:03 | 54 | 51:02 | 16.50 | 2:14:06 | 8:07 | 12 | 45:03 | 54 | 51:02 | 16.50 | 2:14:06 | 8:07 | 12 | 45:03 | 54 | 51:02 |