



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

### Antje Göbel-Damrau

Association: HGL 1978 e.V. Wernigerode  
Dossard: 360

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44) A

Temps total: 1:23:48

Vitesse: 11.46 km/h  
Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 45 (de 198)  
Place par parcours/Femmes: 2 (de 54)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04  
Place par catégorie: 2(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:23:04

### 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	20:01	5:00	2	0:31	2	0:31	4.00	20:01	5:00	2	0:31	2	0:31	4.00	20:01	5:00	2	0:31	2	0:31	4.00	20:01	5:00	2	0:31	2	0:31
Plessenburg	3.00	23:41	7:53	1	-	1	-	7.00	43:42	6:14	1	-	1	-	7.00	43:42	6:14	1	-	1	-	7.00	43:42	6:14	1	-	1	-
Abzweig rote Brü	3.00	16:45	5:34	2	0:20	2	0:20	10.00	1:00:27	6:02	2	0:15	2	0:15	10.00	1:00:27	6:02	2	0:15	2	0:15	10.00	1:00:27	6:02	2	0:15	2	0:15
Ilseburg/Markt	6.50	23:21	3:35	2	0:29	2	0:29	16.50	1:23:48	5:04	2	0:44	2	0:44	16.50	1:23:48	5:04	2	0:44	2	0:44	16.50	1:23:48	5:04	2	0:44	2	0:44