



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Stephanie Ugorets

Dossard: 186

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44) A

Temps total: 1:36:25

Vitesse: 9.96 km/h

Kilométrage: 5:50 min/km

Place par parcours/Total: 111 (de 198)

Place par parcours/Femmes: 22 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 5(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	22:12	5:32	4	2:42	15	2:42	4.00	22:12	5:32	4	2:42	15	2:42	4.00	22:12	5:32	4	2:42	15	2:42	4.00	22:12	5:32	4	2:42	15	2:42
Plessenburg	3.00	27:48	9:16	5	4:07	25	4:07	7.00	50:00	7:08	5	6:18	22	6:18	7.00	50:00	7:08	5	6:18	22	6:18	7.00	50:00	7:08	5	6:18	22	6:18
Abzweig rote Brü	3.00	19:00	6:19	5	2:35	20	2:35	10.00	1:09:00	6:54	5	8:48	22	8:48	10.00	1:09:00	6:54	5	8:48	22	8:48	10.00	1:09:00	6:54	5	8:48	22	8:48
Ilseburg/Markt	6.50	27:25	4:13	5	4:33	23	4:33	16.50	1:36:25	5:50	5	13:21	22	13:21	16.50	1:36:25	5:50	5	13:21	22	13:21	16.50	1:36:25	5:50	5	13:21	22	13:21