



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Steffi Eversz**

Association: Laufen gegen Leiden  
Dossard: 49

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44) A

Temps total: 1:42:34

Vitesse: 9.36 km/h  
Kilométrage: 6:12 min/km

Place par parcours/Total: 135 (de 198)  
Place par parcours/Femmes: 29 (de 54)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04  
Place par catégorie: 6(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:23:04

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps		Place		Retard		Total		Total		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Abzweig Tännental	4.00	25:42	6:25	6	6:12	34	6:12	4.00	25:42	6:25	6	6:12	34	6:12
Plessenburg	3.00	28:14	9:24	6	4:33	27	4:33	7.00	53:56	7:42	6	10:14	31	10:14
Abzweig rote Brü	3.00	20:55	6:58	6	4:30	30	4:30	10.00	1:14:51	7:29	6	14:39	31	14:39
Ilseburg/Markt	6.50	27:43	4:15	6	4:51	26	4:51	16.50	1:42:34	6:12	6	19:30	29	19:30