



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Martina Wadehn

Dossard: 190

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44) A

Temps total: 1:53:58

Vitesse: 8.42 km/h

Kilométrage: 6:54 min/km

Place par parcours/Total: 166 (de 198)

Place par parcours/Femmes: 39 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 7(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:23:04

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	27:15	6:48	7	7:45	38	7:45	4.00	27:15	6:48	7	7:45	38	7:45
Plessenburg	3.00	32:17	10:45	7	8:36	46	8:36	7.00	59:32	8:30	7	15:50	44	15:50
Abzweig rote Brü	3.00	22:08	7:22	7	5:43	36	5:43	10.00	1:21:40	8:10	7	21:28	40	21:28
Ilseburg/Markt	6.50	32:18	4:58	7	9:26	46	9:26	16.50	1:53:58	6:54	7	30:54	39	30:54