



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Doreen Ehrenfeld

Dossard: 46

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49) A

Temps total: 1:46:36

Vitesse: 9.01 km/h

Kilométrage: 6:27 min/km

Place par parcours/Total: 145 (de 198)

Place par parcours/Femmes: 32 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 4(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:31:44

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	25:26	6:21	4	3:28	30	5:56	4.00	25:26	6:21	4	3:28	30	5:56															
Plessenburg	3.00	30:46	10:15	4	5:37	37	7:05	7.00	56:12	8:01	4	9:05	34	12:30															
Abzweig rote Brü	3.00	20:55	6:58	4	2:28	30	4:30	10.00	1:17:07	7:42	4	11:33	33	16:55															
Ilseburg/Markt	6.50	29:29	4:32	4	3:19	33	6:37	16.50	1:46:36	6:27	4	14:52	32	23:32															