



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Antje Wienstroer

Dossard: 205

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W60 (60-64) A

Temps total: 1:55:24

Vitesse: 8.58 km/h

Kilométrage: 6:59 min/km

Place par parcours/Total: 172 (de 198)

Place par parcours/Femmes: 42 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 1(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:55:24

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	28:35	7:08	1	-	45	9:05	4.00	28:35	7:08	1	-	45	9:05	4.00	28:35	7:08	1	-	45	9:05	4.00	28:35	7:08	1	-	45	9:05
Plessenburg	3.00	30:48	10:16	1	-	38	7:07	7.00	59:23	8:28	1	-	41	15:41	7.00	59:23	8:28	1	-	41	15:41	7.00	59:23	8:28	1	-	41	15:41
Abzweig rote Brü	3.00	23:44	7:54	2	0:54	44	7:19	10.00	1:23:07	8:18	1	-	42	22:55	10.00	1:23:07	8:18	1	-	42	22:55	10.00	1:23:07	8:18	1	-	42	22:55
Ilseburg/Markt	6.50	32:17	4:58	2	1:13	45	9:25	16.50	1:55:24	6:59	1	-	42	32:20	16.50	1:55:24	6:59	1	-	42	32:20	16.50	1:55:24	6:59	1	-	42	32:20