



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Christa Tondock**

Association: TG-Northeim  
Dossard: 180

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W65 (65-69) A

Temps total: 1:55:29

Vitesse: 8.31 km/h  
Kilométrage: 6:59 min/km

Place par parcours/Total: 173 (de 198)  
Place par parcours/Femmes: 44 (de 54)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 1(de 1)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:55:29

### 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	28:50	7:12	1	-	49	9:20	4.00	28:50	7:12	1	-	49	9:20
Plessenburg	3.00	30:50	10:16	1	-	40	7:09	7.00	59:40	8:31	1	-	45	15:58
Abzweig rote Brü	3.00	22:56	7:38	1	-	40	6:31	10.00	1:22:36	8:15	1	-	41	22:24
Ilseburg/Markt	6.50	32:53	5:03	1	-	47	10:01	16.50	1:55:29	6:59	1	-	44	32:25