



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## Detalizēti rezultāti

**Heise, Ruth**

Klubs: MSV Eintracht HBS

Numurs: 507

Posms: 10.00 km

Ilsesteinlauf

Grupa:

Frauen W60

Kopējais laiks: 49:24

Ātrums: 12.15 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:56 min/km

Vieta distancē/Kopā: 52 (no 135)

Vieta distancē/Sievietes: 8 (no 50)

Distances labākais laiks: 36:31

Vieta grupā: 1(no 1)

Grupas labākais laiks: 49:24

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts						
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes
Ilsestein	4.10	24:52	6:03	1	- 8	4.10	24:52	6:03	1	- 33
Aplis 1	1.60	7:45	4:50	1	- 9	5.70	32:37	5:43	1	- 33
Pēdējais aplis fin	4.30	16:47	3:54	1	- 6	10.00	49:24	4:56	1	- 8 12:53