



18. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Planke, Heike

Numurs: 303

Posms: 18.50 km  
Lange Strecke

Grupa:  
Seniorinnen W55 (55-59)

Kopējais laiks: 1:54:38

Ātrums: 9.42 km/h  
Skrējiena izpildījums: 6:12 min/km

Vieta distancē/Kopā: 100 (no 116)

Vieta distancē/Sievietes: 19 (no 22)

Distances labākais laiks: 1:14:48

Vieta grupā: 4(no 4)

Grupas labākais laiks: 1:33:08

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	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
Runde	9.30	55:14	5:56	4	9:15 18	9.30	55:14	5:56	4	9:15 18
Runde	9.00	58:23	6:29	4	12:09 17	18.30	1:53:37	6:12	4	21:24 19
Ziel	0.20	1:01	5:04	4	0:10 17	18.50	1:54:38	6:11	4	21:30 19