



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Heise, Mario

Klubs: hzmakler & friends

Numurs: 230

Posms: 8.70 km

8,7 km - Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 45:56

Ātrums: 10.45 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:17 min/km

Vieta distancē/Kopā: 46 (no 121)

Vieta distancē/Vīrieši: 33 (no 67)

Distances labākais laiks: 31:48

Vieta grupā: 6(no 9)

Grupas labākais laiks: 37:27

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši
Abzweig Tännental	4.00	22:12	5:32	6	4:37	31	6:47	4.00	22:12	5:32	6	4:37	31	6:47
Ilseburg/Markt	4.70	23:44	5:02	6	3:52	33	7:21	8.70	45:56	5:16	6	8:29	33	14:08