



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Langer, Alexander

Klubs: Die Wadenkrämpfe
Numurs: 257

Posms: 8.70 km
8,7 km - Lauf

Grupa:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 50:09

Ātrums: 9.57 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:46 min/km

Vieta distancē/Kopā: 76 (no 121)
Vieta distancē/Vīrieši: 50 (no 67)
Distances labākais laiks: 31:48

Vieta grupā: 7(no 9)
Grupās labākais laiks: 43:14

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Abzweig Tännatal	4.00	24:42	6:10	9	3:44	54	9:17	4.00	24:42	6:10	9	3:44	54	9:17
Ilseburg/Markt	4.70	25:27	5:24	7	3:40	45	9:04	8.70	50:09	5:45	7	6:55	50	18:21