



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Volkman, Christian**

Klubs: Die Wadenkrämpfe  
Numurs: 305

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: 77 (no 121)

Vieta distancē/Vīrieši: 50 (no 67)

Distances labākais laiks: 31:48

Vieta grupā: 7(no 9)

Grupas labākais laiks: 43:14

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	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 Tännental	4.00	24:41	6:10	8	3:43	53	9:16	4.00	24:41	6:10	8	3:43	53	9:16
Ilseburg/Markt	4.70	25:28	5:25	8	3:41	46	9:05	8.70	50:09	5:45	7	6:55	50	18:21