



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Guenther, Ronny**

Klubs: LAV 07 Bad Harzburg  
Numurs: 49

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:11:22

Ātrums: 13.87 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:20 min/km

Vieta distancē/Kopā: 9 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 9 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 1(no 8)

Grupas labākais laiks: 1:11:22

## 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 Tännatal	4.00	17:48	4:27	3	0:15	16	2:23	4.00	17:48	4:27	3	0:15	16	2:23
Plessenburg	3.00	19:22	6:27	1	-	10	2:32	7.00	37:10	5:18	1	-	11	4:41
Abzweig rote Brü	3.00	14:03	4:41	1	-	10	1:36	10.00	51:13	5:07	1	-	10	6:17
Ilseburg/Markt	6.50	20:09	3:05	2	0:12	11	1:39	16.50	1:11:22	4:19	1	-	9	7:53