



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Vasterling, Frank

Klubs: Lauffreunde Eichsfeld
Numurs: 128

Posms: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Grupa:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Kopējais laiks: 1:12:35

Ātrums: 13.64 km/h
Skrējiena izpildījums: 4:24 min/km

Vieta distancē/Kopā: 15 (no 135)
Vieta distancē/Vīrieši: 15 (no 102)
Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 1(no 12)
Grupās labākais laiks: 1:12:35

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	17:54	4:28	1	-	18	2:29	4.00	17:54	4:28	1	-	18	2:29
Plessenburg	3.00	19:33	6:30	1	-	13	2:43	7.00	37:27	5:21	1	-	13	4:58
Abzweig rote Brū	3.00	14:21	4:46	1	-	13	1:54	10.00	51:48	5:10	1	-	13	6:52
Ilseburg/Markt	6.50	20:47	3:11	1	-	16	2:17	16.50	1:12:35	4:23	1	-	15	9:06