



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

Henselmann, Frank

Klubs: TuS Eintracht Bielefeld  
Numurs: 53

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Kopējais laiks: 1:16:11

Ātrums: 12.99 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:37 min/km

Vieta distancē/Kopā: 24 (no 135)  
Vieta distancē/Vīrieši: 23 (no 102)  
Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 3(no 10)  
Grupās labākais laiks: 1:11:36

## 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	18:59	4:44	4	1:26	26	3:34	4.00	18:59	4:44	4	1:26	26	3:34
Plessenburg	3.00	20:35	6:51	3	1:20	20	3:45	7.00	39:34	5:39	4	2:45	24	7:05
Abzweig rote Brū	3.00	14:48	4:56	3	0:44	21	2:21	10.00	54:22	5:26	3	3:29	23	9:26
Ilseburg/Markt	6.50	21:49	3:21	3	1:06	27	3:19	16.50	1:16:11	4:37	3	4:35	23	12:42