



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Borchert, Fred**

Klubs: SV Langenstein  
Numurs: 18

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Kopējais laiks: 1:22:03

Ātrums: 12.07 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:58 min/km

Vieta distancē/Kopā: 33 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 32 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 5(no 10)

Grupas 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	21:20	5:19	5	3:47	42	5:55	4.00	21:20	5:19	5	3:47	42	5:55
Plessenburg	3.00	22:30	7:30	5	3:15	34	5:40	7.00	43:50	6:15	5	7:01	36	11:21
Abzweig rote Brū	3.00	16:00	5:19	5	1:56	31	3:33	10.00	59:50	5:59	5	8:57	36	14:54
Ilseburg/Markt	6.50	22:13	3:25	4	1:30	30	3:43	16.50	1:22:03	4:58	5	10:27	32	18:34