



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Mund, Sebastian**

Klubs: Wernigerode

Numurs: 86

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 1:22:23

Ātrums: 11.65 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:59 min/km

Vieta distancē/Kopā: 35 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 34 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 8(no 15)

Grupas labākais laiks: 1:09:53

## 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	20:44	5:11	9	3:44	35	5:19	4.00	20:44	5:11	9	3:44	35	5:19
Plessenburg	3.00	23:07	7:42	9	4:41	41	6:17	7.00	43:51	6:15	8	8:05	37	11:22
Abzweig rote Brü	3.00	16:37	5:32	9	2:46	39	4:10	10.00	1:00:28	6:02	9	10:51	39	15:32
Ilseburg/Markt	6.50	21:55	3:22	6	2:09	28	3:25	16.50	1:22:23	4:59	8	12:30	34	18:54