



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Pohl, Marian**

Klubs: Nix tun kann Jeder  
Numurs: 91

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Kopējais laiks: 1:24:16**

Ātrums: 11.39 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:07 min/km

Vieta distancē/Kopā: 43 (no 135)  
Vieta distancē/Vīrieši: 40 (no 102)  
Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 9(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	21:14	5:18	10	4:14	40	5:49	4.00	21:14	5:18	10	4:14	40	5:49
Plessenburg	3.00	22:37	7:32	8	4:11	36	5:47	7.00	43:51	6:15	8	8:05	37	11:22
Abzweig rote Brū	3.00	16:19	5:26	7	2:28	36	3:52	10.00	1:00:10	6:00	8	10:33	38	15:14
Ilseburg/Markt	6.50	24:06	3:42	9	4:20	44	5:36	16.50	1:24:16	5:06	9	14:23	40	20:47