



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Herden, Rene

Klubs: TV Hessisch Lichtenau
Numurs: 55

Posms: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Grupa:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:26:17

Ātrums: 11.13 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:14 min/km

Vieta distancē/Kopā: 46 (no 135)
Vieta distancē/Vīrieši: 43 (no 102)
Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 6(no 8)
Grupas labākais laiks: 1:11:22

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	21:42	5:25	7	4:09	47	6:17	4.00	21:42	5:25	7	4:09	47	6:17
Plessenburg	3.00	24:00	8:00	7	4:38	50	7:10	7.00	45:42	6:31	7	8:32	48	13:13
Abzweig rote Brū	3.00	17:07	5:42	6	3:04	44	4:40	10.00	1:02:49	6:16	6	11:36	44	17:53
Ilseburg/Markt	6.50	23:28	3:36	5	3:31	40	4:58	16.50	1:26:17	5:13	6	14:55	43	22:48