



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Geist, Kirsten

Klubs: Gaensefurther Sportbewegung

Numurs: 46

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Kopējais laiks: 1:31:55

Ātrums: 10.44 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:34 min/km

Vieta distancē/Kopā: 67 (no 135)

Vieta distancē/Sievietes: 9 (no 33)

Distances labākais laiks: 1:15:36

Vieta grupā: 2(no 5)

Grupas labākais laiks: 1:29:30

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes				
Abzweig Tännatal	4.00	22:38	5:39	2	0:39	9	4:11	4.00	22:38	5:39	2	0:39	9	4:11
Plessenburg	3.00	25:27	8:28	2	0:44	7	4:23	7.00	48:05	6:52	2	1:23	8	8:34
Abzweig rote Brü	3.00	18:05	6:01	2	0:20	10	3:13	10.00	1:06:10	6:37	2	1:43	8	11:47
Ilseburg/Markt	6.50	25:45	3:57	2	0:42	12	4:32	16.50	1:31:55	5:34	2	2:25	9	16:19