



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Nagels, Stefan**

Klubs: Bad Harzburg  
Numurs: 87

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 1:33:19

Ātrums: 10.61 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:40 min/km

Vieta distancē/Kopā: 75 (no 135)  
Vieta distancē/Vīrieši: 63 (no 102)  
Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 12(no 15)  
Grupā 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	21:53	5:28	12	4:53	51	6:28	4.00	21:53	5:28	12	4:53	51	6:28
Plessenburg	3.00	26:26	8:48	12	8:00	71	9:36	7.00	48:19	6:54	12	12:33	63	15:50
Abzweig rote Brū	3.00	19:00	6:19	12	5:09	65	6:33	10.00	1:07:19	6:43	12	17:42	64	22:23
Ilseburg/Markt	6.50	26:00	4:00	12	6:14	64	7:30	16.50	1:33:19	5:39	12	23:26	63	29:50