



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Rochau, Lothar

Klubs: LAV Halensia
Numurs: 101

Posms: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Kopējais laiks: 1:33:48

Ātrums: 10.55 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:41 min/km

Vieta distancē/Kopā: 78 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 65 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 2(no 2)

Grupas labākais laiks: 1:29:39

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	22:37	5:39	1	-	58	7:12	4.00	22:37	5:39	1	-	58	7:12
Plessenburg	3.00	26:24	8:47	2	2:32	69	9:34	7.00	49:01	7:00	2	2:10	68	16:32
Abzweig rote Brū	3.00	18:49	6:16	2	1:27	63	6:22	10.00	1:07:50	6:46	2	3:37	65	22:54
Ilseburg/Markt	6.50	25:58	3:59	2	0:32	62	7:28	16.50	1:33:48	5:41	2	4:09	65	30:19