



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Seeliger, Jan

Klubs: Schachdorf Ströbeck
Numurs: 120

Posms: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Kopējais laiks: 1:34:19

Ātrums: 10.18 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:43 min/km

Vieta distancē/Kopā: 81 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 68 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 9(no 10)

Grupā labākais laiks: 1:11:36

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	22:34	5:38	8	5:01	56	7:09	4.00	22:34	5:38	8	5:01	56	7:09
Plessenburg	3.00	25:11	8:23	8	5:56	59	8:21	7.00	47:45	6:49	8	10:56	59	15:16
Abzweig rote Brü	3.00	20:20	6:46	9	6:16	78	7:53	10.00	1:08:05	6:48	9	17:12	67	23:09
Ilseburg/Markt	6.50	26:14	4:02	9	5:31	66	7:44	16.50	1:34:19	5:42	9	22:43	68	30:50