



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Ciana, Reiner**

Klubs: LG Rudelsburg Bad Kösen  
Numurs: 28

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

Kopējais laiks: 1:47:34

Ātrums: 8.92 km/h  
Skrējiena izpildījums: 6:31 min/km

Vieta distancē/Kopā: 111 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 88 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 6(no 8)

Grupas labākais laiks: 1:23:00

## 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	26:15	6:33	6	5:55	89	10:50	4.00	26:15	6:33	6	5:55	89	10:50
Plessenburg	3.00	29:53	9:57	6	6:51	92	13:03	7.00	56:08	8:01	6	12:46	92	23:39
Abzweig rote Brü	3.00	21:23	7:07	6	4:51	88	8:56	10.00	1:17:31	7:45	6	17:37	91	32:35
Ilseburg/Markt	6.50	30:03	4:37	7	6:57	88	11:33	16.50	1:47:34	6:31	6	24:34	88	44:05