



40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detalizēti rezultāti

Puschmann, Andreas

Klubs: ausdauerclub

Numurs: 95

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Kopējais laiks: 1:48:11

Ātrums: 9.15 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:34 min/km

Vieta distancē/Kopā: 115 (no 135)

Vieta distancē/Vīrieši: 90 (no 102)

Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 12(no 14)

Grupas labākais laiks: 1:18:57

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	25:37	6:24	10	5:44	86	10:12	4.00	25:37	6:24	10	5:44	86	10:12
Plessenburg	3.00	30:03	10:01	12	8:37	93	13:13	7.00	55:40	7:57	12	14:21	90	23:11
Abzweig rote Brū	3.00	20:50	6:56	10	5:12	83	8:23	10.00	1:16:30	7:39	12	19:33	87	31:34
Ilseburg/Markt	6.50	31:41	4:52	11	9:41	94	13:11	16.50	1:48:11	6:33	12	29:14	90	44:42