



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Bente, Marco**

Klubs: Ausdauerschule bunert  
Numurs: 12

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Kopējais laiks: 1:56:31

Ātrums: 8.24 km/h  
Skrējiena izpildījums: 7:04 min/km

Vieta distancē/Kopā: 132 (no 135)  
Vieta distancē/Vīrieši: 100 (no 102)  
Distances labākais laiks: 1:03:29

Vieta grupā: 12(no 12)  
Grupas labākais laiks: 1:12:35

## 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	28:27	7:06	12	10:33	100	13:02	4.00	28:27	7:06	12	10:33	100	13:02
Plessenburg	3.00	31:51	10:37	12	12:18	99	15:01	7.00	1:00:18	8:36	12	22:51	100	27:49
Abzweig rote Brū	3.00	24:40	8:13	12	10:19	100	12:13	10.00	1:24:58	8:29	12	33:10	100	40:02
Ilseburg/Markt	6.50	31:33	4:51	12	10:46	93	13:03	16.50	1:56:31	7:03	12	43:56	100	53:02