



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

Lippel, Jennifer

Klubs: erst laufen dann saufen  
Numurs: 78

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 2:05:42

Ātrums: 7.64 km/h  
Skrējiena izpildījums: 7:37 min/km

Vieta distancē/Kopā: 134 (no 135)  
Vieta distancē/Sievietes: 33 (no 33)  
Distances labākais laiks: 1:15:36

Vieta grupā: 4(no 4)  
Grupas labākais laiks: 1:15:36

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes				
Abzweig Tännatal	4.00	26:59	6:44	4	8:32	27	8:32	4.00	26:59	6:44	4	8:32	27	8:32
Plessenburg	3.00	38:25	12:48	4	17:21	33	17:21	7.00	1:05:24	9:20	4	25:53	33	25:53
Abzweig rote Brū	3.00	27:33	9:11	4	12:41	33	12:41	10.00	1:32:57	9:17	4	38:34	33	38:34
Ilseburg/Markt	6.50	32:45	5:02	4	11:32	33	11:32	16.50	2:05:42	7:37	4	50:06	33	50:06