



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

## Detalizēti rezultāti

**Portwig, Jennifer**

Klubs: Ohne  
Numurs: 281

Posms: 8.70 km  
8,7 km - Lauf

Grupa:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 48:45

Ātrums: 10.71 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:36 min/km

Vieta distancē/Kopā: 60 (no 121)  
Vieta distancē/Sievietes: 18 (no 54)  
Distances labākais laiks: 38:09

Vieta grupā: 3(no 3)  
Grupās labākais laiks: 40:17

## 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	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32	4.00	24:00	6:00	3	4:25	20	5:32
Ilseburg/Markt	4.70	24:45	5:15	3	4:03	19	5:04	8.70	48:45	5:36	3	8:28	18	10:36