



## 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

### Detalizēti rezultāti

#### Kotes, Aaron-Mick Stefan

Klubs: SV Siemens Mülheim a.d. Ruhr e.V.

Numurs: 74

Posms: 8.70 km

8,7 km - Lauf

Grupa:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Kopējais laiks: 41:16

Ātrums: 11.63 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:44 min/km

Vieta distancē/Kopā: 17 (no 121)

Vieta distancē/Vīrieši: 13 (no 67)

Distances labākais laiks: 31:48

Vieta grupā: 2(no 12)

Grupā labākais laiks: 31:48

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši
Abzweig Tännatal	4.00	19:41	4:55	2	4:16	13	4:16	4.00	19:41	4:55	2	4:16	13	4:16
Ilseburg/Markt	4.70	21:35	4:35	4	5:12	19	5:12	8.70	41:16	4:44	2	9:28	13	9:28