



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detalizēti rezultāti

Lisa Gehrke

Numurs: 142

Posms: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Grupa:
Seniorinnen W30 (30-34) B

Kopējais laiks: 3:07:55

Ātrums: 7.66 km/h
Skrējiena izpildījums: 7:32 min/km

Vieta distancē/Kopā: 368 (no 433)
Vieta distancē/Sievietes: 64 (no 82)
Distances labākais laiks: 1:53:56

Vieta grupā: 6(no 7)
Grupās labākais laiks: 2:08:09

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		
Ilsestein	4.10	31:57	7:47	6	9:10 56	11:17	4.10	31:57	7:47	6	9:10 56	11:17
Plessenburg	2.40	17:10	7:09	5	4:37 46	5:51	6.50	49:07	7:33	5	13:47 52	17:08
Oehrenfeld	3.40	19:46	5:48	5	5:08 54	6:54	9.90	1:08:53	6:57	5	18:55 52	23:35
Ilsestein	4.80	40:43	8:28	6	13:44 64	16:30	14.70	1:49:36	7:27	6	32:39 60	40:05
Plessenburg	2.30	20:32	8:55	6	7:19 62	8:57	17.00	2:10:08	7:39	6	39:43 62	49:02
Oehrenfeld	3.40	23:56	7:02	6	9:05 70	10:34	20.40	2:34:04	7:33	6	48:23 65	59:36
Ilseburg/Markt	4.50	33:51	7:31	6	12:26 67	14:23	24.90	3:07:55	7:32	6	59:46 64	1:13:59