



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detalizēti rezultāti

Sandra Grambart

Numurs: 156

Posms: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Grupa:
Seniorinnen W45 (45-49) B

Kopējais laiks: 3:21:43

Ātrums: 7.14 km/h
Skrējiena izpildījums: 8:06 min/km

Vieta distancē/Kopā: 409 (no 433)
Vieta distancē/Sievietes: 73 (no 82)
Distances labākais laiks: 1:53:56

Vieta grupā: 7(no 8)
Grupas labākais laiks: 2:40:42

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	34:17	8:21	8	7:13	70	13:37	4.10	34:17	8:21	8	7:13	70	13:37
Plessenburg	2.40	19:12	8:00	7	3:43	70	7:53	6.50	53:29	8:13	8	10:40	72	21:30
Oehrenfeld	3.40	20:53	6:08	6	4:22	68	8:01	9.90	1:14:22	7:30	7	14:21	70	29:04
Ilsestein	4.80	44:09	9:11	7	10:38	73	19:56	14.70	1:58:31	8:03	7	23:15	73	49:00
Plessenburg	2.30	21:16	9:14	7	4:10	67	9:41	17.00	2:19:47	8:13	7	26:40	72	58:41
Oehrenfeld	3.40	24:03	7:04	7	5:48	71	10:41	20.40	2:43:50	8:01	7	32:17	73	1:09:22
Ilseburg/Markt	4.50	37:53	8:25	8	12:03	77	18:25	24.90	3:21:43	8:06	7	41:01	73	1:27:47