



# 53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

## Detalizēti rezultāti

Susanne Sperling

Numurs: 415

Posms: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W55 (55-59) B

Kopējais laiks: 3:01:40

Ātrums: 7.93 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:17 min/km

Vieta distancē/Kopā: 346 (no 433)

Vieta distancē/Sievietes: 57 (no 82)

Distances labākais laiks: 1:53:56

Vieta grupā: 8(no 11)

Grupas labākais laiks: 2:12:44

## 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	33:34	8:11	9	10:26 66	12:54	4.10	33:34	8:11	9	10:26 66	12:54
Plessenburg	2.40	17:36	7:20	8	4:34 54	6:17	6.50	51:10	7:52	9	15:00 63	19:11
Oehrenfeld	3.40	20:43	6:05	9	5:33 66	7:51	9.90	1:11:53	7:15	9	20:33 65	26:35
Ilsestein	4.80	39:11	8:09	8	10:46 55	14:58	14.70	1:51:04	7:33	9	31:19 63	41:33
Plessenburg	2.30	19:01	8:16	7	4:07 54	7:26	17.00	2:10:05	7:39	8	35:26 61	48:59
Oehrenfeld	3.40	20:49	6:07	9	5:50 55	7:27	20.40	2:30:54	7:23	9	41:16 62	56:26
Ilseburg/Markt	4.50	30:46	6:50	6	7:40 51	11:18	24.90	3:01:40	7:17	8	48:56 57	1:07:44