



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

Detalizēti rezultāti

Nasira Gauert

Numurs: 140

Posms: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W55 (55-59) B

Kopējais laiks: 3:05:00

Ātrums: 7.78 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:25 min/km

Vieta distancē/Kopā: 359 (no 433)

Vieta distancē/Sievietes: 63 (no 82)

Distances labākais laiks: 1:53:56

Vieta grupā: 9(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	35:00	8:32	10	11:52	74	14:20	4.10	35:00	8:32	10	11:52	74	14:20
Plessenburg	2.40	18:18	7:37	10	5:16	62	6:59	6.50	53:18	8:11	10	17:08	69	21:19
Oehrenfeld	3.40	18:45	5:30	5	3:35	36	5:53	9.90	1:12:03	7:16	10	20:43	66	26:45
Ilsestein	4.80	40:05	8:21	9	11:40	61	15:52	14.70	1:52:08	7:37	10	32:23	65	42:37
Plessenburg	2.30	19:45	8:35	8	4:51	58	8:10	17.00	2:11:53	7:45	9	37:14	64	50:47
Oehrenfeld	3.40	19:44	5:48	5	4:45	42	6:22	20.40	2:31:37	7:25	10	41:59	63	57:09
Ilseburg/Markt	4.50	33:23	7:25	9	10:17	65	13:55	24.90	3:05:00	7:25	9	52:16	63	1:11:04