



# 53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

## Detalizēti rezultāti

Ulrike Held

Numurs: 181

Posms: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W65 (65-69) B

Kopējais laiks: 2:41:54

Ātrums: 8.89 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:30 min/km

Vieta distancē/Kopā: 249 (no 433)

Vieta distancē/Sievietes: 28 (no 82)

Distances labākais laiks: 1:53:56

Vieta grupā: 2(no 2)

Grupas labākais laiks: 2:37:44

## 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	29:12	7:07	2	1:04	33	8:32	4.10	29:12	7:07	2	1:04	33	8:32
Plessenburg	2.40	16:28	6:51	2	1:30	36	5:09	6.50	45:40	7:01	2	2:34	34	13:41
Oehrenfeld	3.40	17:35	5:10	1	-	28	4:43	9.90	1:03:15	6:23	2	0:52	32	17:57
Ilsestein	4.80	35:17	7:21	2	2:09	29	11:04	14.70	1:38:32	6:42	2	3:01	32	29:01
Plessenburg	2.30	17:27	7:35	2	1:34	32	5:52	17.00	1:55:59	6:49	2	4:35	30	34:53
Oehrenfeld	3.40	18:22	5:24	1	-	32	5:00	20.40	2:14:21	6:35	2	3:49	30	39:53
Ilseburg/Markt	4.50	27:33	6:07	2	0:21	31	8:05	24.90	2:41:54	6:30	2	4:10	28	47:58