



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

**Mario Heise**

Klubs: hzmakler & friends  
Numurs: 264

Posms: 8.70 km  
8,7 km - Lauf

Grupa:  
Senioren M45 (45-49)

Kopējais laiks: 44:43

Ātrums: 10.73 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:08 min/km

Vieta distancē/Kopā: 38 (no 124)  
Vieta distancē/Vīrieši: 32 (no 69)  
Distances labākais laiks: 30:04

Vieta grupā: 5(no 9)  
Grupā labākais laiks: 39:51

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Abzweig Tännental	4.00	21:10	5:17	3	2:28	28	6:42	4.00	21:10	5:17	3	2:28	28	6:42
Ilseburg/Markt	4.70	23:33	5:00	5	2:24	34	7:57	8.70	44:43	5:08	5	4:52	32	14:39