



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detalizēti rezultāti

Christian Diskowski

Klubs: RSC Lüneburg Triathlon

Numurs: 35

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M35 (35-39) A

Kopējais laiks: 1:08:37

Ātrums: 13.99 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:09 min/km

Vieta distancē/Kopā: 5 (no 198)

Vieta distancē/Vīrieši: 5 (no 144)

Distances labākais laiks: 1:02:25

Vieta grupā: 1(no 15)

Grupas labākais laiks: 1:08:37

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 Tännatal	4.00	16:37	4:09	1	-	6	1:23	4.00	16:37	4:09	1	-	6	1:23
Plessenburg	3.00	18:47	6:15	1	-	5	1:45	7.00	35:24	5:03	1	-	6	3:08
Abzweig rote Brū	3.00	13:35	4:31	1	-	4	1:12	10.00	48:59	4:53	1	-	5	4:20
Ilseburg/Markt	6.50	19:38	3:01	1	-	5	1:52	16.50	1:08:37	4:09	1	-	5	6:12