



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detalizēti rezultāti

Sebastian Döhnert

Klubs: Bier-Bären-Bande
Numurs: 37

Posms: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M35 (35-39) A

Kopējais laiks: 1:30:59

Ātrums: 10.55 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:30 min/km

Vieta distancē/Kopā: 79 (no 198)

Vieta distancē/Vīrieši: 69 (no 144)

Distances labākais laiks: 1:02:25

Vieta grupā: 9(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	22:22	5:35	12	5:45	77	7:08	4.00	22:22	5:35	12	5:45	77	7:08
Plessenburg	3.00	24:12	8:03	8	5:25	57	7:10	7.00	46:34	6:39	9	11:10	65	14:18
Abzweig rote Brū	3.00	18:13	6:04	9	4:38	68	5:50	10.00	1:04:47	6:28	9	15:48	66	20:08
Ilseburg/Markt	6.50	26:12	4:01	8	6:34	70	8:26	16.50	1:30:59	5:30	9	22:22	69	28:34