



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

**Henning Becker**

Klubs: SV 1860 Minden  
Numurs: 9

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Senioren M40 (40-44) A

Kopējais laiks: 1:18:09

Ātrums: 12.67 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:44 min/km

Vieta distancē/Kopā: 26 (no 198)  
Vieta distancē/Vīrieši: 26 (no 144)  
Distances labākais laiks: 1:02:25

Vieta grupā: 10(no 22)  
Grupā labākais laiks: 1:07:11

## 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	18:52	4:43	10	2:07	24	3:38	4.00	18:52	4:43	10	2:07	24	3:38
Plessenburg	3.00	21:38	7:12	10	3:36	28	4:36	7.00	40:30	5:47	10	5:43	27	8:14
Abzweig rote Brū	3.00	15:34	5:11	10	2:15	26	3:11	10.00	56:04	5:36	10	7:58	27	11:25
Ilseburg/Markt	6.50	22:05	3:23	9	3:00	23	4:19	16.50	1:18:09	4:44	10	10:58	26	15:44