



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detalizēti rezultāti

Rene Wittig

Klubs: erst laufen dann saufen

Numurs: 206

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Senioren M40 (40-44) A

Kopējais laiks: 2:14:07

Ātrums: 7.38 km/h

Skrējiena izpildījums: 8:07 min/km

Vieta distancē/Kopā: 198 (no 198)

Vieta distancē/Vīrieši: 144 (no 144)

Distances labākais laiks: 1:02:25

Vieta grupā: 22(no 22)

Grupās 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	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53	4.00	30:07	7:31	22	13:22	142	14:53
Plessenburg	3.00	34:55	11:38	21	16:53	139	17:53	7.00	1:05:02	9:17	22	30:15	141	32:46
Abzweig rote Brū	3.00	31:42	10:33	22	18:23	143	19:19	10.00	1:36:44	9:40	22	48:38	143	52:05
Ilseburg/Markt	6.50	37:23	5:45	22	18:18	142	19:37	16.50	2:14:07	8:07	22	1:06:56	144	1:11:42