



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

**Anja Kossak**

Klubs: Blankenburger Wadenqual  
Numurs: 99

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:  
Seniorinnen W35 (35-39) A

Kopējais laiks: 1:33:17

Ātrums: 10.29 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:39 min/km

Vieta distancē/Kopā: 93 (no 198)  
Vieta distancē/Sievietes: 18 (no 54)  
Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 3(no 12)  
Grupās labākais laiks: 1:29:03

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts							
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	
Abzweig Tännatal	4.00	22:40	5:40	3	2:17 17	3:10	4.00	22:40	5:40	3 2:17 17	3:10
Plessenburg	3.00	27:04	9:01	4	1:59 23	3:23	7.00	49:44	7:06	4 4:16 21	6:02
Abzweig rote Brü	3.00	18:28	6:09	3	0:32 17	2:03	10.00	1:08:12	6:49	3 4:48 20	8:00
Ilseburg/Markt	6.50	25:05	3:51	1	- 6	2:13	16.50	1:33:17	5:39	3 4:14 18	10:13