



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

**Monika Bauer**

Klubs: Hamburg Running

Numurs: 6

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W35 (35-39) A

Kopējais laiks: 1:42:41

Ātrums: 9.35 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:13 min/km

Vieta distancē/Kopā: 136 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 30 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 5(no 12)

Grupā 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	24:25	6:06	6	4:02 28	4:55	4.00	24:25	6:06	6	4:02 28	4:55
Plessenburg	3.00	28:18	9:26	5	3:13 28	4:37	7.00	52:43	7:31	5	7:15 27	9:01
Abzweig rote Brū	3.00	20:39	6:52	6	2:43 29	4:14	10.00	1:13:22	7:20	5	9:58 28	13:10
Ilseburg/Markt	6.50	29:19	4:30	6	4:14 31	6:27	16.50	1:42:41	6:13	5	13:38 30	19:37