



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detalizēti rezultāti

Lisa Diskowski

Klubs: RSC Lüneburg Triathlon

Numurs: 36

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W35 (35-39) A

Kopējais laiks: 1:49:36

Ātrums: 8.76 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:38 min/km

Vieta distancē/Kopā: 153 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 34 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 8(no 12)

Grupas 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	27:36	6:54	9	7:13	39	8:06	4.00	27:36	6:54	9	7:13	39	8:06
Plessenburg	3.00	31:10	10:23	9	6:05	41	7:29	7.00	58:46	8:23	9	13:18	37	15:04
Abzweig rote Brü	3.00	21:50	7:16	7	3:54	34	5:25	10.00	1:20:36	8:03	9	17:12	36	20:24
Ilseburg/Markt	6.50	29:00	4:27	4	3:55	29	6:08	16.50	1:49:36	6:38	8	20:33	34	26:32