



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: 9.03 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	4.00	27:36	6:54	9	7:13 39	8:06
Plessenburg	3.00	31:10	10:23	9	6:05 41	7.00	58:46	8:23	9	13:18 37	15:04
Abzweig rote Brū	3.00	21:50	7:16	7	3:54 34	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	16.50	1:49:36	6:38	8	20:33 34	26:32