



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

Detalizēti rezultāti

Stephanie Ugorets

Numurs: 186

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-44) A

Kopējais laiks: 1:36:25

Ātrums: 9.96 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 111 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 22 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 5(no 7)

Grupas labākais laiks: 1:23:04

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	22:12	5:32	4	2:42	15	2:42	4.00	22:12	5:32	4	2:42	15	2:42
Plessenburg	3.00	27:48	9:16	5	4:07	25	4:07	7.00	50:00	7:08	5	6:18	22	6:18
Abzweig rote Brü	3.00	19:00	6:19	5	2:35	20	2:35	10.00	1:09:00	6:54	5	8:48	22	8:48
Ilseburg/Markt	6.50	27:25	4:13	5	4:33	23	4:33	16.50	1:36:25	5:50	5	13:21	22	13:21