



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

Doreen Ehrenfeld

Numurs: 46

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W45 (45-49) A

Kopējais laiks: 1:46:36

Ātrums: 9.01 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:27 min/km

Vieta distancē/Kopā: 145 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 32 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 4(no 10)

Grupas labākais laiks: 1:31:44

## 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	25:26	6:21	4	3:28	30	5:56	4.00	25:26	6:21	4	3:28	30	5:56
Plessenburg	3.00	30:46	10:15	4	5:37	37	7:05	7.00	56:12	8:01	4	9:05	34	12:30
Abzweig rote Brü	3.00	20:55	6:58	4	2:28	30	4:30	10.00	1:17:07	7:42	4	11:33	33	16:55
Ilseburg/Markt	6.50	29:29	4:32	4	3:19	33	6:37	16.50	1:46:36	6:27	4	14:52	32	23:32