



41. Oster-Ilsetallauf  
Ilseburg / 30.03.2024

Detalizēti rezultāti

Silke Zucknick

Numurs: 210

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W45 (45-49) A

Kopējais laiks: 1:55:24

Ātrums: 8.32 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:59 min/km

Vieta distancē/Kopā: 171 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 42 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 6(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 Tännthal	4.00	28:36	7:09	8	6:38	46	9:06	4.00	28:36	7:09	8	6:38	46	9:06
Plessenburg	3.00	30:49	10:16	5	5:40	39	7:08	7.00	59:25	8:29	6	12:18	42	15:43
Abzweig rote Brü	3.00	23:43	7:54	6	5:16	43	7:18	10.00	1:23:08	8:18	6	17:34	44	22:56
Ilseburg/Markt	6.50	32:16	4:57	7	6:06	42	9:24	16.50	1:55:24	6:59	6	23:40	42	32:20