



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

### Verena Hildebrandt

Klubs: Gaensefurther Sportbewegung

Numurs: 75

Posms: 16.50 km

16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W45 (45-49) A

Kopējais laiks: 1:59:47

Ātrums: 8.01 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:15 min/km

Vieta distancē/Kopā: 184 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 49 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 8(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	28:28	7:06	7	6:30	43	8:58	4.00	28:28	7:06	7	6:30	43	8:58
Plessenburg	3.00	33:16	11:05	8	8:07	49	9:35	7.00	1:01:44	8:49	8	14:37	49	18:02
Abzweig rote Brü	3.00	24:03	8:01	7	5:36	46	7:38	10.00	1:25:47	8:34	8	20:13	50	25:35
Ilseburg/Markt	6.50	34:00	5:13	8	7:50	48	11:08	16.50	1:59:47	7:15	8	28:03	49	36:43