



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Albrecht, Frauke

□□: NSV Wernigerode

□□: 201

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 43:43

□□: 10.98 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□□: 32 (of 121)

□□□□□□/□: 8 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 43:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	21:07	5:16	1	-	8	2:39	4.00	21:07	5:16	1	-	8	2:39
Ilsenburg/Markt	4.70	22:36	4:48	1	-	7	2:55	8.70	43:43	5:01	1	-	8	5:34