



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Deumeland, Danny

□□: Team Blau
 □□: 209

□□: 8.70 km
 8,7 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 43:45

□□: 11.93 km/h
 □□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 121)

□□□□□/□: 25 (of 67)

□□□□□□: 31:48

□□□□□: 3(of 9)

□□□□□□□: 43:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	21:13	5:18	2	0:15	23	5:48	4.00	21:13	5:18	2	0:15	23	5:48
Ilsenburg/Markt	4.70	22:32	4:47	4	0:45	27	6:09	8.70	43:45	5:01	3	0:31	25	11:57