



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilseburg / 08.04.2023

□□□□

Wedde-Lindenberg, Corinna

□□: 330

□□: 8.70 km
8,7 km - Lauf

□□□□:
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 44:33

□□: 10.77 km/h
□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 121)

□□□□□/□: 9 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 43:43

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Abzweig Tännental | 4.00 | 21:54 | 5:28 | 2 | 0:47 | 11 | 3:26 | 4.00 | 21:54 | 5:28 | 2 | 0:47 | 11 | 3:26 | |
| Ilseburg/Markt | 4.70 | 22:39 | 4:49 | 2 | 0:03 | 9 | 2:58 | 8.70 | 44:33 | 5:07 | 2 | 0:50 | 9 | 6:24 | |