



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Knippschild, Frederik

□□: Grün Weiß Ilsenburg

□□: 383

□□: 1.70 km

1,7 km - Nachwuchslauf

□□□□:

männliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

□□□: 7:20

□□: 13.91 km/h

□□□□: 4:19 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 72)

□□□□□/□: 9 (of 49)

□□□□□□: 5:24

□□□□□: 5(of 9)

□□□□□□□: 5:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
am Blochhauer	0.85	3:36	4:14	5	0:58	9	0:58	0.85	3:36	4:14	5	0:58	9	0:58
Ilsenburg/Markt	0.85	3:44	4:23	5	0:58	8	0:58	1.70	7:20	4:18	5	1:56	9	1:56