



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Viehrig, Manuela

□□: Ilsenburg

□□: 304

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 44:40

□□: 11.69 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□□: 38 (of 121)

□□□□□/□: 10 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 1(of 12)

□□□□□□□: 44:40

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Abzweig Tännental | 4.00 | 21:50 | 5:27 | 2 | 2:06 | 10 | 3:22 | 4.00 | 21:50 | 5:27 | 2 | 2:06 | 10 | 3:22 | |
| Ilsenburg/Markt | 4.70 | 22:50 | 4:51 | 1 | - | 10 | 3:09 | 8.70 | 44:40 | 5:08 | 1 | - | 10 | 6:31 | |