



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Müller, Freddy

□□: hzmakler & friends

□□: 273

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 45:56

□□: 11.36 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 121)

□□□□□/□: 33 (of 67)

□□□□□□: 31:48

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 41:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	22:07	5:31	2	2:08	29	6:42	4.00	22:07	5:31	2	2:08	29	6:42
Ilsenburg/Markt	4.70	23:49	5:04	3	2:27	35	7:26	8.70	45:56	5:16	3	4:35	33	14:08