



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Meyer, Christian

□□: Heiningen

□□: 270

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 49:09

□□: 10.62 km/h

□□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 121)

□□□□□/□: 45 (of 67)

□□□□□□: 31:48

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 43:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	24:03	6:00	6	3:05	47	8:38	4.00	24:03	6:00	6	3:05	47	8:38
Ilsenburg/Markt	4.70	25:06	5:20	6	3:19	44	8:43	8.70	49:09	5:38	6	5:55	45	17:21