



40. Oster-Ilsetallauf  
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Krüger, Christoph

□□: DKK Osterwieck

□□: 255

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 49:51

□□: 9.63 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 73 (of 121)

□□□□□/□: 47 (of 67)

□□□□□□: 31:48

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 32:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	24:04	6:00	3	8:21	48	8:39	4.00	24:04	6:00	3	8:21	48	8:39
Ilsenburg/Markt	4.70	25:47	5:29	3	8:57	49	9:24	8.70	49:51	5:43	3	17:18	47	18:03