



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Sieboth, Katrin

□□: Wernigerode

□□: 328

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 52:12

□□: 10.00 km/h

□□□□: 6:00 min/km

□□□□□/□□□: 87 (of 121)

□□□□□/□: 32 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 7(of 12)

□□□□□□□: 40:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	25:34	6:23	8	5:58	32	7:06	4.00	25:34	6:23	8	5:58	32	7:06
Ilsenburg/Markt	4.70	26:38	5:39	7	5:21	32	6:57	8.70	52:12	6:00	7	11:19	32	14:03