



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Wolkersdorfer, Laura

□□: Alfeld (Leine)

□□: 316

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 54:38

□□: 9.55 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 96 (of 121)

□□□□□/□: 36 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 54:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	25:25	6:21	1	-	31	6:57	4.00	25:25	6:21	1	-	31	6:57	
Ilsenburg/Markt	4.70	29:13	6:12	1	-	37	9:32	8.70	54:38	6:16	1	-	36	16:29	