



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Max, Andrea

□□: NIX tun kann JEDER

□□: 268

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

□□□: 58:48

□□: 8.88 km/h

□□□□: 6:46 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 121)

□□□□□/□: 41 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 53:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	28:45	7:11	3	2:49	43	10:17	4.00	28:45	7:11	3	2:49	43	10:17
Ilsenburg/Markt	4.70	30:03	6:23	2	2:54	41	10:22	8.70	58:48	6:45	2	5:43	41	20:39