



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Morawetz, Ute

□□: TV Jahn Schneverdingen

□□: 271

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

□□□: 59:31

□□: 8.77 km/h

□□□□: 6:50 min/km

□□□□□/□□□: 108 (of 121)

□□□□□/□: 43 (of 54)

□□□□□□: 38:09

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 53:05

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Abzweig Tännental | 4.00 | 28:24 | 7:05 | 2 | 2:28 | 41 | 9:56 | 4.00 | 28:24 | 7:05 | 2 | 2:28 | 41 | 9:56 |
| Ilsenburg/Markt | 4.70 | 31:07 | 6:37 | 3 | 3:58 | 43 | 11:26 | 8.70 | 59:31 | 6:50 | 3 | 6:26 | 43 | 21:22 |