



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Schneider, Rolf-Dieter

□□: LC Auensee Leipzig

□□: 292

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:02:35

□□: 7.67 km/h

□□□□: 7:11 min/km

□□□□□/□□□: 112 (of 121)

□□□□□/□: 67 (of 67)

□□□□□□: 31:48

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 44:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	29:54	7:28	3	8:44	66	14:29	4.00	29:54	7:28	3	8:44	66	14:29
Ilsenburg/Markt	4.70	32:41	6:57	3	9:12	67	16:18	8.70	1:02:35	7:11	3	17:56	67	30:47