



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Stagge, Fabian

□□: NSV Wernigerode

□□: 122

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:04:05

□□: 14.98 km/h

□□□□: 3:53 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 135)

□□□□□/□: 2 (of 102)

□□□□□□: 1:03:29

□□□□□: 1(of 15)

□□□□□□□: 1:04:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	15:56	3:59	1	-	2	0:31	4.00	15:56	3:59	1	-	2	0:31
Plessenburg	3.00	16:50	5:36	1	-	1	-	7.00	32:46	4:40	1	-	2	0:17
Abzweig rote Brü	3.00	12:33	4:11	1	-	2	0:06	10.00	45:19	4:31	1	-	2	0:23
Ilsenburg/Markt	6.50	18:46	2:53	1	-	3	0:16	16.50	1:04:05	3:53	1	-	2	0:36