



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

□□□□

Bochniak Sanchenz, Jonas Enrico

□□□: 7:45

□□: Hildesheim

□□: 7.74 km/h

□□: 359

□□□□: 4:34 min/km

□□: 1.70 km

□□□□□/□□□: 20 (of 72)

1,7 km - Nachwuchslauf

□□□□□/□: 16 (of 49)

□□□□□□: 5:24

□□□□:

□□□□□: 2(of 19)

männliche Kinder U10 (8-9 Jahre)

□□□□□□□: 7:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
am Blochhauer	0.85	3:50	4:30	2	0:14	14	1:12	0.85	3:50	4:30	2	0:14	14	1:12
Ilseburg/Markt	0.85	3:55	4:36	3	0:03	17	1:09	1.70	7:45	4:33	2	0:06	16	2:21