



# 40. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 08.04.2023

□□□□

Hüttl, Jens

□□: LC Auensee Leipzig e.V.

□□: 62

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:38:24

□□: 10.06 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 91 (of 135)

□□□□□/□: 74 (of 102)

□□□□□□: 1:03:29

□□□□□: 13(of 15)

□□□□□□□: 1:09:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	24:16	6:03	13	7:16	79	8:51	4.00	24:16	6:03	13	7:16	79	8:51
Plessenburg	3.00	28:40	9:33	15	10:14	84	11:50	7.00	52:56	7:33	15	17:10	82	20:27
Abzweig rote Brü	3.00	20:00	6:40	14	6:09	75	7:33	10.00	1:12:56	7:17	14	23:19	80	28:00
Ilseburg/Markt	6.50	25:28	3:55	11	5:42	58	6:58	16.50	1:38:24	5:57	13	28:31	74	34:55