



40. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 08.04.2023

□□□□

Kohlbaum, Danny

□□: ARTIVA Sports

□□: 73

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:40:12

□□: 9.58 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 135)

□□□□□/□: 81 (of 102)

□□□□□□: 1:03:29

□□□□□: 14(of 15)

□□□□□□□: 1:09:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	24:40	6:10	14	7:40	81	9:15	4.00	24:40	6:10	14	7:40	81	9:15
Plessenburg	3.00	28:07	9:22	14	9:41	82	11:17	7.00	52:47	7:32	14	17:01	80	20:18
Abzweig rote Brü	3.00	19:47	6:35	13	5:56	72	7:20	10.00	1:12:34	7:15	13	22:57	79	27:38
Ilsenburg/Markt	6.50	27:38	4:15	14	7:52	75	9:08	16.50	1:40:12	6:04	14	30:19	81	36:43