



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Philipp Kommert

□□: HGL 1978 e.V. Wernigerode

□□: 363

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39)

□□□: 42:26

□□: 11.31 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 124)

□□□□□/□: 23 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 5(of 10)

□□□□□□□: 32:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	20:43	5:10	5	5:14	24	6:15	4.00	20:43	5:10	5	5:14	24	6:15
Ilsenburg/Markt	4.70	21:43	4:37	5	4:47	22	6:07	8.70	42:26	4:52	5	10:01	23	12:22