



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

**Michael Tittel**

□□: Hofbrauhaus Wolters  
 □□: 346

□□: 8.70 km  
 8,7 km - Lauf

□□□□:  
 Senioren M40 (40-44)

□□□: 42:13

□□: 11.37 km/h  
 □□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 124)

□□□□□/□: 21 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 38:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	20:07	5:01	4	1:50	20	5:39	4.00	20:07	5:01	4	1:50	20	5:39
Ilsenburg/Markt	4.70	22:06	4:42	4	2:01	25	6:30	8.70	42:13	4:51	4	3:39	21	12:09