



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Christian König

□□: 286

□□: 8.70 km
8,7 km - Lauf

□□□□:
Senioren M40 (40-44)

□□□: 51:55

□□: 9.25 km/h
□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 124)

□□□□□/□: 52 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 38:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	25:47	6:26	5	7:30	53	11:19	4.00	25:47	6:26	5	7:30	53	11:19
Ilsenburg/Markt	4.70	26:08	5:33	6	6:03	46	10:32	8.70	51:55	5:58	5	13:21	52	21:51