



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Conti Bode

□□: BergBodies

□□: 224

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44)

□□□: 53:01

□□: 9.05 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 73 (of 124)

□□□□□/□: 54 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 38:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	27:22	6:50	7	9:05	59	12:54	4.00	27:22	6:50	7	9:05	59	12:54
Ilsenburg/Markt	4.70	25:39	5:27	5	5:34	41	10:03	8.70	53:01	6:05	6	14:27	54	22:57