



41. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Marco Garke

□□: 256

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49)

□□□: 43:50

□□: 10.95 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 124)

□□□□□/□: 29 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 3(of 9)

□□□□□□□: 39:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	21:08	5:16	2	2:26	27	6:40	4.00	21:08	5:16	2	2:26	27	6:40
Ilsenburg/Markt	4.70	22:42	4:49	3	1:33	28	7:06	8.70	43:50	5:02	3	3:59	29	13:46