



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

**Markus Hoffmann**

□□: SFC Evers Bad Harzburg

□□: 361

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54)

□□□: 51:01

□□: 10.23 km/h

□□□□: 5:51 min/km

□□□□□/□□□: 62 (of 124)

□□□□□/□: 48 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 39:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	22:47	5:41	3	4:05	39	8:19	4.00	22:47	5:41	3	4:05	39	8:19
Ilsenburg/Markt	4.70	28:14	6:00	5	7:22	57	12:38	8.70	51:01	5:51	5	11:27	48	20:57