



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Andreas Pfahl

□□: Arche Wernigerode

□□: 317

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 38:08

□□: 12.59 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 124)

□□□□□/□: 9 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 1(of 8)

□□□□□□□: 38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	18:05	4:31	1	-	9	3:37	4.00	18:05	4:31	1	-	9	3:37
Ilsenburg/Markt	4.70	20:03	4:15	1	-	9	4:27	8.70	38:08	4:22	1	-	9	8:04