



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

## Karsten 2 Plehn

□□: LC BlueLiner

□□: 367

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 40:28

□□: 11.86 km/h

□□□□: 4:39 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 124)

□□□□□/□: 17 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	19:04	4:46	2	0:59	15	4:36	4.00	19:04	4:46	2	0:59	15	4:36
Ilsenburg/Markt	4.70	21:24	4:33	2	1:21	20	5:48	8.70	40:28	4:39	2	2:20	17	10:24