



41. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Dennis Rohwedder

□□□: 42:48

□□: 330

□□: 12.20 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□: 8.70 km

□□□□□/□□□: 28 (of 124)

8,7 km - Lauf

□□□□□/□: 24 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□:

□□□□□: 3(of 8)

Senioren M55 (55-59)

□□□□□□□: 38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	20:39	5:09	3	2:34	23	6:11	4.00	20:39	5:09	3	2:34	23	6:11
Ilsenburg/Markt	4.70	22:09	4:42	3	2:06	26	6:33	8.70	42:48	4:55	3	4:40	24	12:44