



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

## Andreas Montag

□□: Glückauf Huettenrode

□□: 309

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 46:51

□□: 11.14 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 124)

□□□□□/□: 37 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	22:30	5:37	4	4:25	36	8:02	4.00	22:30	5:37	4	4:25	36	8:02
Ilsenburg/Markt	4.70	24:21	5:10	4	4:18	37	8:45	8.70	46:51	5:23	4	8:43	37	16:47