



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

**Freddy Müller**

□□: hzmakler & friends

□□: 312

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 52:09

□□: 9.20 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 71 (of 124)

□□□□□/□: 53 (of 69)

□□□□□□: 30:04

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	25:03	6:15	6	6:58	50	10:35	4.00	25:03	6:15	6	6:58	50	10:35
Ilsenburg/Markt	4.70	27:06	5:45	6	7:03	54	11:30	8.70	52:09	5:59	6	14:01	53	22:05