



41. Oster-Ilsetalllauf  
Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Katharina Freudenberg

□□: 253

□□: 8.70 km  
8,7 km - Lauf

□□□□:  
Seniorinnen W35 (35-39)

□□□: 50:17

□□: 10.38 km/h  
□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 124)

□□□□□/□: 12 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 50:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	24:34	6:08	1	-	14	5:39	4.00	24:34	6:08	1	-	14	5:39
Ilseburg/Markt	4.70	25:43	5:28	1	-	13	5:30	8.70	50:17	5:46	1	-	12	11:09