



41. Oster-Ilsetalllauf  
Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Jacqueline Puschmann

□□□: 1:00:58

□□: 322

□□: 8.56 km/h

□□□□: 7:00 min/km

□□: 8.70 km

□□□□□/□□□: 103 (of 124)

8,7 km - Lauf

□□□□□/□: 39 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□:

□□□□□: 4(of 4)

Seniorinnen W35 (35-39)

□□□□□□□: 50:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	29:28	7:21	4	4:54	40	10:33	4.00	29:28	7:21	4	4:54	40	10:33
Ilseburg/Markt	4.70	31:30	6:42	4	5:47	38	11:17	8.70	1:00:58	7:00	4	10:41	39	21:50