



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

**Sandra Klementz**

□□: LC Blueliner

□□: 281

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44)

□□□: 43:35

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 124)

□□□□□/□: 6 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□□: 2(of 13)

□□□□□□□: 40:33

□□□□

□□□□

□□□

| □□□               | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Abzweig Tännental | 4.00     | 20:50    | 5:12         | 2       | 1:28    | 5       | 1:55    | 4.00 | 20:50     | 5:12          | 2       | 1:28    | 5       | 1:55    |
| Ilseburg/Markt    | 4.70     | 22:45    | 4:50         | 2       | 1:34    | 6       | 2:32    | 8.70 | 43:35     | 5:00          | 2       | 3:02    | 6       | 4:27    |