



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Viv Bode

□□: BergBodies

□□: 226

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44)

□□□: 53:01

□□: 9.05 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 124)

□□□□□/□: 20 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□□: 7(of 13)

□□□□□□□: 40:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	27:20	6:49	10	7:58	26	8:25	4.00	27:20	6:49	10	7:58	26	8:25
Ilseburg/Markt	4.70	25:41	5:27	4	4:30	12	5:28	8.70	53:01	6:05	7	12:28	20	13:53