



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Constanze Langer

□□: Hexenexpress

□□: 294

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44)

□□□: 55:53

□□: 8.59 km/h

□□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 124)

□□□□□/□: 24 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□□: 9(of 13)

□□□□□□□: 40:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	26:27	6:36	8	7:05	23	7:32	4.00	26:27	6:36	8	7:05	23	7:32
Ilsenburg/Markt	4.70	29:26	6:15	9	8:15	25	9:13	8.70	55:53	6:25	9	15:20	24	16:45