



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Frauke Albrecht

□□: NSV Wernigerode

□□: 252

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59)

□□□: 45:10

□□: 10.63 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□□: 39 (of 124)

□□□□□/□: 7 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 45:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	21:31	5:22	1	-	7	2:36	4.00	21:31	5:22	1	-	7	2:36	
Ilseburg/Markt	4.70	23:39	5:01	1	-	7	3:26	8.70	45:10	5:11	1	-	7	6:02	