



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Simone Oester

□□: SV Glückauf Huettenrode

□□: 315

□□: 8.70 km

8,7 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59)

□□□: 50:06

□□: 9.58 km/h

□□□□: 5:45 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 124)

□□□□□/□: 11 (of 55)

□□□□□□: 39:08

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 45:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	24:03	6:00	2	2:32	10	5:08	4.00	24:03	6:00	2	2:32	10	5:08
Ilsenburg/Markt	4.70	26:03	5:32	2	2:24	17	5:50	8.70	50:06	5:45	2	4:56	11	10:58