



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Noah Jacobs

□□□: 1:51:11

□□: 83

□□: 8.90 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□: 16.50 km

□□□□□/□□□: 159 (of 198)

16,5 km - Lauf

□□□□□/□: 122 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□:

□□□□□: 13(of 18)

Männer (20-29) A

□□□□□□□: 1:05:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	27:39	6:54	16	12:08	132	12:25	4.00	27:39	6:54	16	12:08	132	12:25
Plessenburg	3.00	29:44	9:54	13	12:33	112	12:42	7.00	57:23	8:11	15	24:41	123	25:07
Abzweig rote Brü	3.00	23:01	7:40	13	9:46	126	10:38	10.00	1:20:24	8:02	15	34:27	125	35:45
Ilseburg/Markt	6.50	30:47	4:44	13	12:06	121	13:01	16.50	1:51:11	6:44	13	46:01	122	48:46