



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Dominic Fehse

□□: Brockenlaufverein

□□: 52

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34) A

□□□: 1:13:04

□□: 13.14 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 198)

□□□□□/□: 11 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 2(of 16)

□□□□□□□: 1:02:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	16:57	4:14	3	1:43	10	1:43	4.00	16:57	4:14	3	1:43	10	1:43
Plessenburg	3.00	20:37	6:52	5	3:35	18	3:35	7.00	37:34	5:22	3	5:18	12	5:18
Abzweig rote Brü	3.00	15:05	5:01	4	2:42	18	2:42	10.00	52:39	5:15	3	8:00	12	8:00
Ilsenburg/Markt	6.50	20:25	3:08	2	2:39	9	2:39	16.50	1:13:04	4:25	2	10:39	11	10:39