



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Tim Eichmann

□□: Harzklub
 □□: 47

□□: 16.50 km
 16,5 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34) A

□□□: 1:14:46

□□: 12.84 km/h
 □□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 198)

□□□□□/□: 16 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 1:02:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	18:59	4:44	6	3:45	27	3:45	4.00	18:59	4:44	6	3:45	27	3:45
Plessenburg	3.00	19:55	6:38	3	2:53	10	2:53	7.00	38:54	5:33	4	6:38	17	6:38
Abzweig rote Brü	3.00	15:01	5:00	3	2:38	17	2:38	10.00	53:55	5:23	4	9:16	18	9:16
Ilsenburg/Markt	6.50	20:51	3:12	3	3:05	12	3:05	16.50	1:14:46	4:31	3	12:21	16	12:21