



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Sören Klippstein

□□: Halle

□□: 212

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34) A

□□□: 1:17:56

□□: 12.32 km/h

□□□□: 4:43 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 198)

□□□□□/□: 25 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 6(of 16)

□□□□□□□: 1:02:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	18:54	4:43	4	3:40	25	3:40	4.00	18:54	4:43	4	3:40	25	3:40
Plessenburg	3.00	21:31	7:10	6	4:29	26	4:29	7.00	40:25	5:46	6	8:09	25	8:09
Abzweig rote Brü	3.00	15:15	5:04	6	2:52	22	2:52	10.00	55:40	5:33	6	11:01	25	11:01
Ilseburg/Markt	6.50	22:16	3:25	6	4:30	28	4:30	16.50	1:17:56	4:43	6	15:31	25	15:31