



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Andre Dietrichs

□□: Bier-Bären-Bande
 □□: 33

□□: 16.50 km
 16,5 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39) A

□□□: 1:26:15

□□: 11.13 km/h
 □□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 198)

□□□□□/□: 52 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 5(of 15)

□□□□□□□: 1:08:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	20:52	5:13	5	4:15	48	5:38	4.00	20:52	5:13	5	4:15	48	5:38
Plessenburg	3.00	23:12	7:44	5	4:25	45	6:10	7.00	44:04	6:17	5	8:40	50	11:48
Abzweig rote Brü	3.00	17:24	5:47	5	3:49	54	5:01	10.00	1:01:28	6:08	5	12:29	50	16:49
Ilsenburg/Markt	6.50	24:47	3:48	5	5:09	51	7:01	16.50	1:26:15	5:13	5	17:38	52	23:50