



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Marcel Krone

□□: Bier-Bären-Bande

□□: 108

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39) A

□□□: 1:36:53

□□: 9.91 km/h

□□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 115 (of 198)

□□□□□/□: 92 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 13(of 15)

□□□□□□□: 1:08:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	22:51	5:42	13	6:14	88	7:37	4.00	22:51	5:42	13	6:14	88	7:37
Plessenburg	3.00	26:44	8:54	13	7:57	89	9:42	7.00	49:35	7:05	13	14:11	89	17:19
Abzweig rote Brü	3.00	19:02	6:20	11	5:27	85	6:39	10.00	1:08:37	6:51	12	19:38	85	23:58
Ilseburg/Markt	6.50	28:16	4:20	14	8:38	106	10:30	16.50	1:36:53	5:52	13	28:16	92	34:28