



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Viktor Stickel

□□: 172

□□: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

□□□□:  
Senioren M40 (40-44) A

□□□: 1:28:07

□□: 10.89 km/h  
□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 60 (of 198)

□□□□□/□: 56 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 13(of 22)

□□□□□□□: 1:07:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	20:51	5:12	13	4:06	47	5:37	4.00	20:51	5:12	13	4:06	47	5:37
Plessenburg	3.00	23:58	7:59	13	5:56	52	6:56	7.00	44:49	6:24	13	10:02	52	12:33
Abzweig rote Brü	3.00	18:01	6:00	13	4:42	63	5:38	10.00	1:02:50	6:16	13	14:44	55	18:11
Ilseburg/Markt	6.50	25:17	3:53	13	6:12	56	7:31	16.50	1:28:07	5:20	13	20:56	56	25:42