



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Patrick Peter

□□□: 1:53:54

□□: 130

□□: 8.43 km/h

□□□□: 6:54 min/km

□□: 16.50 km

□□□□□/□□□: 165 (of 198)

16,5 km - Lauf

□□□□□/□: 127 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□:

□□□□□: 20(of 22)

Senioren M40 (40-44) A

□□□□□□□: 1:07:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	29:04	7:15	21	12:19	139	13:50	4.00	29:04	7:15	21	12:19	139	13:50
Plessenburg	3.00	31:26	10:28	20	13:24	129	14:24	7.00	1:00:30	8:38	20	25:43	134	28:14
Abzweig rote Brü	3.00	22:07	7:22	19	8:48	117	9:44	10.00	1:22:37	8:15	20	34:31	131	37:58
Ilsenburg/Markt	6.50	31:17	4:48	20	12:12	123	13:31	16.50	1:53:54	6:54	20	46:43	127	51:29