



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

**Marcus Bartling**

□□: Brockenlaufverein  
 □□: 5

□□: 16.50 km  
 16,5 km - Lauf

□□□□:  
 Senioren M45 (45-49) A

□□□: 1:20:46

□□: 11.89 km/h  
 □□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 198)

□□□□□/□: 34 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 6(of 18)

□□□□□□□: 1:16:23

□□□□

□□□□

□□□

| □□□               | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Abzweig Tännental | 4.00     | 19:36    | 4:54         | 5       | 1:10    | 38      | 4:22    | 4.00  | 19:36     | 4:54          | 5       | 1:10    | 38      | 4:22    |
| Plessenburg       | 3.00     | 21:53    | 7:17         | 5       | 1:05    | 31      | 4:51    | 7.00  | 41:29     | 5:55          | 6       | 2:15    | 32      | 9:13    |
| Abzweig rote Brü  | 3.00     | 15:57    | 5:18         | 5       | 0:50    | 32      | 3:34    | 10.00 | 57:26     | 5:44          | 5       | 3:05    | 32      | 12:47   |
| Ilsenburg/Markt   | 6.50     | 23:20    | 3:35         | 7       | 2:19    | 38      | 5:34    | 16.50 | 1:20:46   | 4:53          | 6       | 4:23    | 34      | 18:21   |