



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Randolph Behrens

□□: SSV Torgau

□□: 12

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49) A

□□□: 1:46:36

□□: 9.01 km/h

□□□□: 6:27 min/km

□□□□□/□□□: 144 (of 198)

□□□□□/□: 113 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 14(of 18)

□□□□□□□: 1:16:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	25:24	6:20	14	6:58	108	10:10	4.00	25:24	6:20	14	6:58	108	10:10
Plessenburg	3.00	30:47	10:15	16	9:59	123	13:45	7.00	56:11	8:01	15	16:57	116	23:55
Abzweig rote Brü	3.00	20:56	6:58	14	5:49	106	8:33	10.00	1:17:07	7:42	14	22:46	112	32:28
Ilseburg/Markt	6.50	29:29	4:32	15	8:28	116	11:43	16.50	1:46:36	6:27	14	30:13	113	44:11