



# 41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

**Frank Reinecke**

□□: Brockenlaufverein

□□: 138

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54) A

□□□: 1:16:11

□□: 12.60 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 198)

□□□□□/□: 19 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 1(of 14)

□□□□□□□: 1:16:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	19:25	4:51	1	-	36	4:11	4.00	19:25	4:51	1	-	36	4:11	
Plessenburg	3.00	21:11	7:03	1	-	23	4:09	7.00	40:36	5:47	1	-	29	8:20	
Abzweig rote Brü	3.00	14:36	4:51	1	-	13	2:13	10.00	55:12	5:31	1	-	22	10:33	
Ilseburg/Markt	6.50	20:59	3:13	1	-	14	3:13	16.50	1:16:11	4:37	1	-	19	13:46	