



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Daniel Brandis

□□: Erdinger Active Team

□□: 23

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54) A

□□□: 1:45:26

□□: 9.39 km/h

□□□□: 6:23 min/km

□□□□□/□□□: 143 (of 198)

□□□□□/□: 112 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 12(of 14)

□□□□□□□: 1:16:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	26:41	6:40	13	7:16	124	11:27	4.00	26:41	6:40	13	7:16	124	11:27
Plessenburg	3.00	30:35	10:11	12	9:24	122	13:33	7.00	57:16	8:10	12	16:40	122	25:00
Abzweig rote Brü	3.00	21:40	7:13	12	7:04	112	9:17	10.00	1:18:56	7:53	12	23:44	119	34:17
Ilsenburg/Markt	6.50	26:30	4:04	6	5:31	75	8:44	16.50	1:45:26	6:23	12	29:15	112	43:01