



# 41. Oster-Ilsetallauf

## Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

**Sven Franke**

□□: Brockenlaufverein Ilsenburg

□□: 55

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59) A

□□□: 1:25:22

□□: 11.25 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 198)

□□□□□/□: 49 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 4(of 15)

□□□□□□□: 1:21:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	21:02	5:15	4	1:42	55	5:48	4.00	21:02	5:15	4	1:42	55	5:48
Plessenburg	3.00	24:03	8:01	4	1:39	54	7:01	7.00	45:05	6:26	4	2:47	56	12:49
Abzweig rote Brü	3.00	16:41	5:33	3	0:58	43	4:18	10.00	1:01:46	6:10	4	2:44	52	17:07
Ilsenburg/Markt	6.50	23:36	3:37	3	1:33	40	5:50	16.50	1:25:22	5:10	4	4:17	49	22:57