



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

**Sven Mußbach**

□□: Team Schwarzer Blitz

□□: 126

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59) A

□□□: 1:33:41

□□: 10.25 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 96 (of 198)

□□□□□/□: 78 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 8(of 15)

□□□□□□□: 1:21:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	23:15	5:48	9	3:55	92	8:01	4.00	23:15	5:48	9	3:55	92	8:01
Plessenburg	3.00	25:50	8:36	7	3:26	78	8:48	7.00	49:05	7:00	9	6:47	84	16:49
Abzweig rote Brü	3.00	18:24	6:07	6	2:41	72	6:01	10.00	1:07:29	6:44	7	8:27	81	22:50
Ilsenburg/Markt	6.50	26:12	4:01	6	4:09	70	8:26	16.50	1:33:41	5:40	8	12:36	78	31:16