



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Peter Kostrewa

□□: USK-Gifhorn Sommerbiathlon
 □□: 100

□□: 16.50 km
 16,5 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M60 (60-64) A

□□□: 1:41:10

□□: 9.49 km/h
 □□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 129 (of 198)

□□□□□/□: 102 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 5(of 15)

□□□□□□□: 1:22:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	24:04	6:00	7	3:29	100	8:50	4.00	24:04	6:00	7	3:29	100	8:50
Plessenburg	3.00	28:45	9:35	6	6:33	104	11:43	7.00	52:49	7:32	6	9:58	103	20:33
Abzweig rote Brü	3.00	20:26	6:48	6	4:16	100	8:03	10.00	1:13:15	7:19	6	13:59	103	28:36
Ilseburg/Markt	6.50	27:55	4:17	5	5:42	100	10:09	16.50	1:41:10	6:07	5	19:07	102	38:45