



41. Oster-Ilsetalllauf
Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Thomas Neuberger

□□□: 1:55:36

□□: 128

□□: 8.30 km/h

□□□□: 7:00 min/km

□□: 16.50 km

□□□□□/□□□: 175 (of 198)

16,5 km - Lauf

□□□□□/□: 131 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□:

□□□□□: 11(of 15)

Senioren M60 (60-64) A

□□□□□□□: 1:22:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	27:11	6:47	12	6:36	128	11:57	4.00	27:11	6:47	12	6:36	128	11:57
Plessenburg	3.00	31:43	10:34	11	9:31	132	14:41	7.00	58:54	8:24	11	16:03	130	26:38
Abzweig rote Brü	3.00	23:06	7:42	11	6:56	127	10:43	10.00	1:22:00	8:11	11	22:44	129	37:21
Ilseburg/Markt	6.50	33:36	5:10	14	11:23	132	15:50	16.50	1:55:36	7:00	11	33:33	131	53:11