



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Wolfgang Pardeike

□□: Storchverein

□□: 129

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69) A

□□□: 1:35:53

□□: 10.01 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 198)

□□□□□/□: 86 (of 144)

□□□□□□: 1:02:25

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 1:24:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	23:49	5:57	3	3:17	98	8:35	4.00	23:49	5:57	3	3:17	98	8:35
Plessenburg	3.00	26:29	8:49	2	3:07	86	9:27	7.00	50:18	7:11	2	6:24	93	18:02
Abzweig rote Brü	3.00	19:18	6:26	2	2:41	87	6:55	10.00	1:09:36	6:57	2	9:05	91	24:57
Ilsenburg/Markt	6.50	26:17	4:02	2	2:39	72	8:31	16.50	1:35:53	5:48	2	11:44	86	33:28