



41. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Luisa Merkel

□□: NSV Wernigerode

□□: 121

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39) A

□□□: 1:29:03

□□: 10.78 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□□: 63 (of 198)

□□□□□□/□: 6 (of 54)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□□: 1(of 12)

□□□□□□□: 1:29:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	20:23	5:05	1	-	3	0:53	4.00	20:23	5:05	1	-	3	0:53	
Plessenburg	3.00	25:05	8:21	1	-	10	1:24	7.00	45:28	6:29	1	-	6	1:46	
Abzweig rote Brü	3.00	17:56	5:58	1	-	9	1:31	10.00	1:03:24	6:20	1	-	6	3:12	
Ilseburg/Markt	6.50	25:39	3:56	2	0:34	10	2:47	16.50	1:29:03	5:23	1	-	6	5:59	