



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Janett Gerke

□□: SV Eintracht Salzwedel 09 e.V.
 □□: 65

□□: 16.50 km
 16,5 km - Lauf

□□□□:
 Seniorinnen W35 (35-39) A

□□□: 1:47:58

□□: 8.89 km/h
 □□□□: 6:32 min/km

□□□□□/□□□: 149 (of 198)

□□□□□/□: 33 (of 54)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□□: 7(of 12)

□□□□□□□: 1:29:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännatal	4.00	25:39	6:24	8	5:16	33	6:09	4.00	25:39	6:24	8	5:16	33	6:09
Plessenburg	3.00	29:18	9:46	7	4:13	31	5:37	7.00	54:57	7:51	7	9:29	32	11:15
Abzweig rote Brü	3.00	21:51	7:17	8	3:55	35	5:26	10.00	1:16:48	7:40	7	13:24	32	16:36
Ilseburg/Markt	6.50	31:10	4:47	8	6:05	38	8:18	16.50	1:47:58	6:32	7	18:55	33	24:54