



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Caroline Igner

□□: Bier-Bären-Bande
 □□: 81

□□: 16.50 km
 16,5 km - Lauf

□□□□:
 Seniorinnen W35 (35-39) A

□□□: 1:56:08

□□: 8.27 km/h
 □□□□: 7:02 min/km

□□□□□/□□□: 177 (of 198)

□□□□□/□: 46 (of 54)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□□: 10(of 12)

□□□□□□□: 1:29:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	23:34	5:53	5	3:11	23	4:04	4.00	23:34	5:53	5	3:11	23	4:04
Plessenburg	3.00	31:24	10:28	10	6:19	43	7:43	7.00	54:58	7:51	8	9:30	33	11:16
Abzweig rote Brü	3.00	25:12	8:24	10	7:16	51	8:47	10.00	1:20:10	8:01	8	16:46	35	19:58
Ilsenburg/Markt	6.50	35:58	5:31	10	10:53	51	13:06	16.50	1:56:08	7:02	10	27:05	46	33:04