



41. Oster-Ilsetallauf

Ilsenburg / 30.03.2024

□□□□

Melanie Böttcher

□□: Team OWOC

□□: 22

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39) A

□□□: 2:08:44

□□: 7.46 km/h

□□□□: 7:48 min/km

□□□□□/□□□: 192 (of 198)

□□□□□/□: 52 (of 54)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□□: 11(of 12)

□□□□□□□: 1:29:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	28:58	7:14	11	8:35	50	9:28	4.00	28:58	7:14	11	8:35	50	9:28
Plessenburg	3.00	35:27	11:49	11	10:22	51	11:46	7.00	1:04:25	9:12	11	18:57	51	20:43
Abzweig rote Brü	3.00	26:20	8:46	11	8:24	53	9:55	10.00	1:30:45	9:04	11	27:21	51	30:33
Ilsenburg/Markt	6.50	37:59	5:50	12	12:54	54	15:07	16.50	2:08:44	7:48	11	39:41	52	45:40