



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Corinna Wedde-Lindenberg

□□: Sparkasse Hildesheim Goslar Peine

□□: 196

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54) A

□□□: 1:31:40

□□: 10.47 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 198)

□□□□□/□: 12 (of 54)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 1:25:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	24:01	6:00	3	2:29	26	4:31	4.00	24:01	6:00	3	2:29	26	4:31
Plessenburg	3.00	24:47	8:15	2	0:59	6	1:06	7.00	48:48	6:58	2	3:28	16	5:06
Abzweig rote Brü	3.00	17:37	5:52	2	0:44	5	1:12	10.00	1:06:25	6:38	2	4:12	15	6:13
Ilseburg/Markt	6.50	25:15	3:53	2	1:50	8	2:23	16.50	1:31:40	5:33	2	6:02	12	8:36