



41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Irmgard Eggert

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 43

□□: 16.50 km

16,5 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W70 (70-74) A

□□□: 1:57:22

□□: 8.18 km/h

□□□□: 7:06 min/km

□□□□□/□□□: 180 (of 198)

□□□□□/□: 47 (of 54)

□□□□□□: 1:23:04

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:57:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Abzweig Tännental	4.00	26:03	6:30	1	-	36	6:33	4.00	26:03	6:30	1	-	36	6:33	
Plessenburg	3.00	35:02	11:40	1	-	50	11:21	7.00	1:01:05	8:43	1	-	47	17:23	
Abzweig rote Brü	3.00	24:17	8:05	1	-	47	7:52	10.00	1:25:22	8:32	1	-	48	25:10	
Ilseburg/Markt	6.50	32:00	4:55	1	-	40	9:08	16.50	1:57:22	7:06	1	-	47	34:18	