



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

□□□□

Elja DEKKER

□□□: 8:56

□□: 385

□□: 11.42 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□: 1.70 km

□□□□□/□□□: 45 (of 71)

1,7 km - Nachwuchslauf

□□□□□/□: 16 (of 33)

□□□□□□: 7:51

□□□□:

□□□□□: 6(of 6)

weibliche Jugend U14 (12-13)

□□□□□□□: 7:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	0.85	4:41	5:30	6	1:20	18	1:20	0.85	4:41	5:30	6	1:20	18	1:20
Ilseburg/Markt	0.85	4:15	5:00	3	0:13	12	0:23	1.70	8:56	5:15	6	1:05	16	1:05