



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Lisa Gehrke

Gesamt-Zeit: 3:07:55

Startnummer: 142

Geschwindigkeit: 7,66 km/h

Laufleistung: 7:32 min/km

Strecke: 24,90 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 368 (von 433)

24,9 km - Lauf

Strecken-Platzierung/Frauen: 64 (von 82)

Bestzeit der Strecke: 1:53:56

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 6(von 7)

Seniorinnen W30 (30-34) B

Bestzeit in der Kategorie: 2:08:09

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Ilsestein	4,10	31:57	7:47	6	9:10	56	11:17	4,10	31:57	7:47	6	9:10	56	11:17	
Plessenburg	2,40	17:10	7:09	5	4:37	46	5:51	6,50	49:07	7:33	5	13:47	52	17:08	
Oehrenfeld	3,40	19:46	5:48	5	5:08	54	6:54	9,90	1:08:53	6:57	5	18:55	52	23:35	
Ilsestein	4,80	40:43	8:28	6	13:44	64	16:30	14,70	1:49:36	7:27	6	32:39	60	40:05	
Plessenburg	2,30	20:32	8:55	6	7:19	62	8:57	17,00	2:10:08	7:39	6	39:43	62	49:02	
Oehrenfeld	3,40	23:56	7:02	6	9:05	70	10:34	20,40	2:34:04	7:33	6	48:23	65	59:36	
Ilseburg/Markt	4,50	33:51	7:31	6	12:26	67	14:23	24,90	3:07:55	7:32	6	59:46	64	1:13:59	