



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Daniel Schlick

□□: 729

□□: 10.10 km
10,1 km - Lauf

□□□□:
Senioren M30 (30-34) I

□□□: 50:28

□□: 11.89 km/h
□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 178)

□□□□□/□: 16 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 40:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:59	5:36	5	5:04	17	5:20	4.10	22:59	5:36	5	5:04	17	5:20	
□□□	0.90	5:47	6:25	6	1:22	16	2:41	5.00	28:46	5:45	5	6:20	17	25:40	
Ilsestein	1.00	5:19	5:18	6	1:15	19	1:43	6.00	34:05	5:40	5	7:35	17	18:00	
Ilseburg/Markt	4.10	16:23	3:59	6	2:50	11	3:32	10.10	50:28	4:59	6	10:25	16	12:04	