



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Daniel Wolf

□□: 1110

□□: 10.10 km
10,1 km - Lauf

□□□□:
Senioren M35 (35-39) I

□□□: 1:02:15

□□: 9.64 km/h
□□□□: 6:09 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 178)

□□□□□/□: 62 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 10(of 11)

□□□□□□□: 49:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:11	7:07	10	6:43	65	11:32	4.10	29:11	7:07	10	6:43	65	11:32
□□□	0.90	7:06	7:53	10	1:39	65	4:00	5.00	36:17	7:15	10	8:17	66	33:11
Ilsestein	1.00	6:24	6:24	10	1:20	67	2:48	6.00	42:41	7:06	10	9:34	65	26:36
Ilseburg/Markt	4.10	19:34	4:46	9	3:13	51	6:43	10.10	1:02:15	6:09	10	12:31	62	23:51