



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Dirk Kluge

□□□: 1:08:00

□□: 627

□□: 8.82 km/h

□□□□: 6:43 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 101 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 78 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 11(of 11)

Senioren M35 (35-39) I

□□□□□□□: 49:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	31:22	7:39	11	8:54	84	13:43	4.10	31:22	7:39	11	8:54	84	13:43
□□□	0.90	6:52	7:37	9	1:25	57	3:46	5.00	38:14	7:38	11	10:14	83	35:08
Ilsestein	1.00	7:13	7:13	11	2:09	87	3:37	6.00	45:27	7:34	11	12:20	81	29:22
Ilseburg/Markt	4.10	22:33	5:30	11	6:12	81	9:42	10.10	1:08:00	6:43	11	18:16	78	29:36