



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Marcus Müller

□□: 662

□□: 10.10 km
10,1 km - Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49) I

□□□: 54:21

□□: 11.04 km/h
□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 178)

□□□□□/□: 24 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 3(of 12)

□□□□□□□: 45:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:52	5:49	3	3:51	19	6:13	4.10	23:52	5:49	3	3:51	19	6:13	
□□□	0.90	5:51	6:29	3	0:50	19	2:45	5.00	29:43	5:56	3	4:41	21	26:37	
Ilsestein	1.00	6:11	6:11	7	1:38	61	2:35	6.00	35:54	5:59	3	6:19	23	19:49	
Ilseburg/Markt	4.10	18:27	4:30	4	2:58	32	5:36	10.10	54:21	5:22	3	9:17	24	15:57	