



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

0000

Marco Hofmann

000: 57:49

00: 604

00: 10.38 km/h

0000: 5:43 min/km

00: 10.10 km

00000/000: 49 (of 178)

10,1 km - Lauf

00000/0: 42 (of 117)

000000: 38:24

0000:

00000: 5(of 12)

Senioren M45 (45-49) I

0000000: 45:04

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Ilsestein	4.10	26:41	6:30	5	6:40	43	9:02	4.10	26:41	6:30	5	6:40	43	9:02
000	0.90	6:15	6:56	4	1:14	31	3:09	5.00	32:56	6:35	5	7:54	44	29:50
Ilsestein	1.00	5:53	5:53	3	1:20	45	2:17	6.00	38:49	6:28	5	9:14	44	22:44
Ilseburg/Markt	4.10	19:00	4:38	5	3:31	41	6:09	10.10	57:49	5:43	5	12:45	42	19:25