



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Nico Hübner

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
 □□: 614

□□: 10.10 km
 10,1 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49) I

□□□: 1:01:23

□□: 9.77 km/h
 □□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 178)

□□□□□/□: 59 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 7(of 12)

□□□□□□□: 45:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:23	7:24	10	10:22	75	12:44	4.10	30:23	7:24	10	10:22	75	12:44
□□□	0.90	6:36	7:19	6	1:35	44	3:30	5.00	36:59	7:23	10	11:57	70	33:53
Ilsestein	1.00	6:08	6:08	5	1:35	57	2:32	6.00	43:07	7:11	9	13:32	68	27:02
Ilseburg/Markt	4.10	18:16	4:27	3	2:47	27	5:25	10.10	1:01:23	6:04	7	16:19	59	22:59