



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Andreas Kremling

□□: 728

□□: 10.10 km
10,1 km - Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49) I

□□□: 1:17:37

□□: 7.73 km/h
□□□□: 7:41 min/km

□□□□□/□□□: 149 (of 178)

□□□□□/□: 104 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 12(of 12)

□□□□□□□: 45:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	34:30	8:24	12	14:29	103	16:51	4.10	34:30	8:24	12	14:29	103	16:51
□□□	0.90	8:14	9:08	12	3:13	87	5:08	5.00	42:44	8:32	12	17:42	101	39:38
Ilsestein	1.00	7:49	7:48	12	3:16	101	4:13	6.00	50:33	8:25	12	20:58	104	34:28
Ilseburg/Markt	4.10	27:04	6:36	12	11:35	105	14:13	10.10	1:17:37	7:41	12	32:33	104	39:13