



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Andreas Pfeffer

□□□: 1:01:20

□□: 1030

□□: 9.78 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 69 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 58 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 5(of 11)

Senioren M50 (50-54) I

□□□□□□□: 49:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:06	6:51	5	5:50	57	10:27	4.10	28:06	6:51	5	5:50	57	10:27	
□□□	0.90	6:47	7:32	4	1:17	51	3:41	5.00	34:53	6:58	5	7:07	57	31:47	
Ilsestein	1.00	5:44	5:44	3	0:33	38	2:08	6.00	40:37	6:46	4	7:40	54	24:32	
Ilseburg/Markt	4.10	20:43	5:03	5	4:08	63	7:52	10.10	1:01:20	6:04	5	11:48	58	22:56	