



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Sven Baier

□□□: 1:14:01

□□: 1029

□□: 8.11 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 134 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 97 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 9(of 11)

Senioren M50 (50-54) I

□□□□□□□: 49:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:55	8:16	9	11:39	100	16:16	4.10	33:55	8:16	9	11:39	100	16:16
□□□	0.90	8:24	9:20	8	2:54	95	5:18	5.00	42:19	8:27	8	14:33	100	39:13
Ilsestein	1.00	7:22	7:21	9	2:11	92	3:46	6.00	49:41	8:16	8	16:44	100	33:36
Ilseburg/Markt	4.10	24:20	5:56	9	7:45	93	11:29	10.10	1:14:01	7:19	9	24:29	97	35:37