



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Carsten Stöckel

□□□: 1:20:14

□□: 693

□□: 7.48 km/h

□□□□: 7:56 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 155 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 106 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 11(of 11)

Senioren M50 (50-54) I

□□□□□□□: 49:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	35:31	8:39	11	13:15	106	17:52	4.10	35:31	8:39	11	13:15	106	17:52
□□□	0.90	8:46	9:44	10	3:16	105	5:40	5.00	44:17	8:51	11	16:31	107	41:11
Ilsestein	1.00	8:06	8:05	10	2:55	104	4:30	6.00	52:23	8:43	11	19:26	107	36:18
Ilseburg/Markt	4.10	27:51	6:47	11	11:16	109	15:00	10.10	1:20:14	7:56	11	30:42	106	41:50