



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Frank Leppla

□□: 650

□□: 10.10 km  
10,1 km - Lauf

□□□□:  
Senioren M60 (60-64) I

□□□: 49:57

□□: 12.01 km/h  
□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 178)

□□□□□/□: 12 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 1(of 13)

□□□□□□□: 49:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:44	5:32	1	-	15	5:05	4.10	22:44	5:32	1	-	15	5:05	
□□□	0.90	5:30	6:06	2	2:24	12	2:24	5.00	28:14	5:38	2	25:08	13	25:08	
Ilsestein	1.00	5:07	5:06	1	-	14	1:31	6.00	33:21	5:33	2	17:16	14	17:16	
Ilseburg/Markt	4.10	16:36	4:02	1	-	14	3:45	10.10	49:57	4:56	1	-	12	11:33	