



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Mario Heinicke

□□□: 1:00:37

□□: 594

□□: 9.90 km/h

□□□□: 6:00 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 61 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 52 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 2(of 13)

Senioren M60 (60-64) I

□□□□□□□: 49:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:58	6:34	2	4:14	48	9:19	4.10	26:58	6:34	2	4:14	48	9:19	
□□□	0.90	6:51	7:36	3	3:45	56	3:45	5.00	33:49	6:45	3	30:43	49	30:43	
Ilsestein	1.00	6:26	6:26	3	1:19	68	2:50	6.00	40:15	6:42	3	24:10	50	24:10	
Ilseburg/Markt	4.10	20:22	4:58	3	3:46	61	7:31	10.10	1:00:37	6:00	2	10:40	52	22:13	