



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Eckard Kettenbeil

□□□: 1:09:44

□□: 1043

□□: 8.60 km/h

□□□□: 6:54 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 113 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 86 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

Senioren M70 (70-74) I

□□□□□□□: 1:06:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	31:38	7:42	2	0:53	85	13:59	4.10	31:38	7:42	2	0:53	85	13:59
□□□	0.90	8:01	8:54	2	0:44	84	4:55	5.00	39:39	7:55	2	1:37	87	36:33
Ilsestein	1.00	7:05	7:04	2	0:35	81	3:29	6.00	46:44	7:47	2	2:12	85	30:39
Ilseburg/Markt	4.10	23:00	5:36	2	1:03	86	10:09	10.10	1:09:44	6:54	2	3:15	86	31:20