



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Dieter Engelmann

□□: 575

□□: 10.10 km
10,1 km - Lauf

□□□□:
Senioren M75 (75+) I

□□□: 1:22:41

□□: 7.26 km/h
□□□□: 8:11 min/km

□□□□□/□□□: 159 (of 178)

□□□□□/□: 108 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 1:22:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	36:54	9:00	1	-	109	19:15	4.10	36:54	9:00	1	-	109	19:15	
□□□	0.90	9:30	10:33	1	-	110	6:24	5.00	46:24	9:16	1	-	110	43:18	
Ilsestein	1.00	8:50	8:50	1	-	108	5:14	6.00	55:14	9:12	1	-	110	39:09	
Ilseburg/Markt	4.10	27:27	6:41	1	-	108	14:36	10.10	1:22:41	8:11	1	-	108	44:17	