



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Nikolaus Wendel

□□□: 1:48:15

□□: 709

□□: 5.54 km/h

□□□□: 10:43 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 174 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 114 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□:

□□□□□: 3(of 5)

Senioren M75 (75+) I

□□□□□□□: 1:22:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	45:44	11:09	3	8:50	114	28:05	4.10	45:44	11:09	3	8:50	114	28:05	
□□□	0.90	12:19	13:41	4	2:49	116	9:13	5.00	58:03	11:36	3	11:39	115	54:57	
Ilsestein	1.00	12:40	12:39	4	3:50	115	9:04	6.00	1:10:43	11:47	3	15:29	115	54:38	
Ilseburg/Markt	4.10	37:32	9:09	3	10:05	114	24:41	10.10	1:48:15	10:43	3	25:34	114	1:09:51	