



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Paula Berndt

□□: 727

□□: 10.10 km  
10,1 km - Lauf

□□□□:  
Seniorinnen W30 (30-34) I

□□□: 1:17:36

□□: 7.73 km/h  
□□□□: 7:40 min/km

□□□□□/□□□: 148 (of 178)

□□□□□/□: 45 (of 61)

□□□□□□: 47:20

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 57:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	34:13	8:20	3	6:48	41	12:55	4.10	34:13	8:20	3	6:48	41	12:55
□□□	0.90	8:30	9:26	2	2:13	33	3:13	5.00	42:43	8:32	3	9:01	39	16:08
Ilsestein	1.00	7:49	7:48	4	2:07	42	3:07	6.00	50:32	8:25	4	11:08	42	19:15
Ilseburg/Markt	4.10	27:04	6:36	3	9:21	50	11:01	10.10	1:17:36	7:40	3	20:29	45	30:16