



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Manuela Korneli

□□: Mädels aus Zeule

□□: 633

□□: 10.10 km

10,1 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49) I

□□□: 1:01:18

□□: 9.79 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 178)

□□□□□/□: 11 (of 61)

□□□□□□: 47:20

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 47:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:04	6:50	2	6:46	10	6:46	4.10	28:04	6:50	2	6:46	10	6:46	
□□□	0.90	6:50	7:35	2	1:33	9	1:33	5.00	34:54	6:58	2	8:19	10	8:19	
Ilsestein	1.00	5:53	5:53	2	1:11	11	1:11	6.00	40:47	6:47	2	9:30	9	9:30	
Ilseburg/Markt	4.10	20:31	5:00	2	4:28	15	4:28	10.10	1:01:18	6:04	2	13:58	11	13:58	