



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Alexandra Vollmer

□□: 704

□□: 10.10 km  
10,1 km - Lauf

□□□□:  
Seniorinnen W50 (50-54) I

□□□: 1:17:23

□□: 7.75 km/h  
□□□□: 7:39 min/km

□□□□□/□□□: 146 (of 178)

□□□□□/□: 43 (of 61)

□□□□□□: 47:20

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 1:08:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:05	8:04	4	2:52	32	11:47	4.10	33:05	8:04	4	2:52	32	11:47	
□□□	0.90	8:52	9:51	4	1:00	41	3:35	5.00	41:57	8:23	4	3:44	35	15:22	
Ilsestein	1.00	8:26	8:26	6	1:22	51	3:44	6.00	50:23	8:23	4	4:43	40	19:06	
Ilseburg/Markt	4.10	27:00	6:35	5	4:52	49	10:57	10.10	1:17:23	7:39	4	9:01	43	30:03	