



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Simone Fritsche

□□□: 1:17:59

□□: 580

□□: 7.69 km/h

□□□□: 7:43 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 150 (of 178)

10,1 km - Lauf

□□□□□/□: 46 (of 61)

□□□□□□: 47:20

□□□□:

□□□□□: 5(of 8)

Seniorinnen W50 (50-54) I

□□□□□□□: 1:08:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	36:01	8:47	6	5:48	49	14:43	4.10	36:01	8:47	6	5:48	49	14:43
□□□	0.90	9:07	10:07	5	1:15	44	3:50	5.00	45:08	9:01	6	6:55	50	18:33
Ilsestein	1.00	8:19	8:18	5	1:15	49	3:37	6.00	53:27	8:54	6	7:47	50	22:10
Ilseburg/Markt	4.10	24:32	5:59	4	2:24	42	8:29	10.10	1:17:59	7:43	5	9:37	46	30:39