



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Ilka Köhler

□□□: 2:06:50

□□: 752

□□: 4.73 km/h

□□□□: 12:33 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 30 (of 57)

10,1 km - Wanderung

□□□□□/□: 18 (of 32)

□□□□□□: 1:23:44

□□□□:

□□□□□: 18(of 32)

Frauen K

□□□□□□□: 1:23:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	50:43	12:22	16	14:45	16	14:45	4.10	50:43	12:22	16	14:45	16	14:45
□□□	0.90	12:02	13:22	15	3:10	15	3:10	5.00	1:02:45	12:33	16	17:55	16	17:55
Ilsestein	1.00	19:20	19:19	27	10:43	27	10:43	6.00	1:22:05	13:40	16	28:38	16	28:38
Ilseburg/Markt	4.10	44:45	10:54	15	14:28	15	14:28	10.10	2:06:50	12:33	18	43:06	18	43:06