



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Sebastian Ritter

□□□: 1:32:08

□□: 764

□□: 6.51 km/h

□□□□: 9:07 min/km

□□: 10.10 km

□□□□□/□□□: 6 (of 57)

10,1 km - Wanderung

□□□□□/□: 4 (of 25)

□□□□□□: 1:19:05

□□□□:

□□□□□: 4(of 25)

Männer K

□□□□□□□: 1:19:05

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 41:35 | 10:08 | 5 | 7:44 | 5 | 7:44 | 4.10 | 41:35 | 10:08 | 5 | 7:44 | 5 | 7:44 |
| □□□ | 0.90 | 9:12 | 10:13 | 6 | 1:23 | 6 | 1:23 | 5.00 | 50:47 | 10:09 | 4 | 9:06 | 4 | 9:06 |
| Ilsestein | 1.00 | 9:09 | 9:09 | 5 | 1:20 | 5 | 1:20 | 6.00 | 59:56 | 9:59 | 4 | 10:26 | 4 | 10:26 |
| Ilseburg/Markt | 4.10 | 32:12 | 7:51 | 3 | 2:37 | 3 | 2:37 | 10.10 | 1:32:08 | 9:07 | 4 | 13:03 | 4 | 13:03 |