



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Martha Studtmann

□□□: 2:03:37

□□: 434

□□: 11.65 km/h

□□□□: 4:57 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 36 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 4 (of 82)

□□□□□□: 1:53:56

□□□□:

□□□□□: 2(of 14)

Frauen (20-29) B

□□□□□□□: 2:00:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	20:54	5:05	1	-	2	0:14	4.10	20:54	5:05	1	-	2	0:14	
Plessenburg	2.40	11:42	4:52	1	-	3	0:23	6.50	32:36	5:00	1	-	3	0:37	
Oehrenfeld	3.40	12:52	3:47	1	-	1	-	9.90	45:28	4:35	1	-	2	0:10	
Ilsestein	4.80	27:03	5:38	2	0:30	5	2:50	14.70	1:12:31	4:55	1	-	3	3:00	
Plessenburg	2.30	13:43	5:57	2	1:17	7	2:08	17.00	1:26:14	5:04	1	-	3	5:08	
Oehrenfeld	3.40	14:03	4:07	2	0:27	3	0:41	20.40	1:40:17	4:54	1	-	3	5:49	
Ilseburg/Markt	4.50	23:20	5:11	2	3:27	10	3:52	24.90	2:03:37	4:57	2	3:22	4	9:41	