



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Belinda Mühlichen

□□□: 2:45:43

□□: 311

□□: 8.69 km/h

□□□□: 6:39 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 278 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 36 (of 82)

□□□□□□: 1:53:56

□□□□:

□□□□□: 8(of 14)

Frauen (20-29) B

□□□□□□□: 2:00:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:11	6:52	7	7:17	29	7:31	4.10	28:11	6:52	7	7:17	29	7:31	
Plessenburg	2.40	16:13	6:45	8	4:31	32	4:54	6.50	44:24	6:49	7	11:48	29	12:25	
Oehrenfeld	3.40	19:11	5:38	9	6:19	41	6:19	9.90	1:03:35	6:25	7	18:07	34	18:17	
Ilsestein	4.80	36:01	7:30	7	9:28	33	11:48	14.70	1:39:36	6:46	7	27:05	34	30:05	
Plessenburg	2.30	18:21	7:58	10	5:55	45	6:46	17.00	1:57:57	6:56	7	31:43	34	36:51	
Oehrenfeld	3.40	19:59	5:52	10	6:23	48	6:37	20.40	2:17:56	6:45	8	37:39	37	43:28	
Ilseburg/Markt	4.50	27:47	6:10	7	7:54	33	8:19	24.90	2:45:43	6:39	8	45:28	36	51:47	