



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Laurin Huyke

□□□: 2:10:46

□□: 206

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 62 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 54 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□:

□□□□□: 6(of 32)

Männer (20-29) B

□□□□□□□: 1:40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:47	5:48	8	5:50	73	7:11	4.10	23:47	5:48	8	5:50	73	7:11	
Plessenburg	2.40	12:34	5:14	7	2:44	60	3:25	6.50	36:21	5:35	8	8:34	70	10:36	
Oehrenfeld	3.40	14:20	4:12	10	2:33	61	3:25	9.90	50:41	5:07	7	11:07	67	14:01	
Ilsestein	4.80	28:04	5:50	9	6:38	63	18:13	14.70	1:18:45	5:21	7	17:45	63	22:10	
Plessenburg	2.30	13:50	6:00	9	3:34	61	4:12	17.00	1:32:35	5:26	7	21:19	59	26:22	
Oehrenfeld	3.40	15:41	4:36	9	3:37	75	4:20	20.40	1:48:16	5:18	7	24:56	61	30:42	
Ilseburg/Markt	4.50	22:30	5:00	4	5:07	45	5:44	24.90	2:10:46	5:15	6	30:03	54	36:26	