



# 53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

**Joep Veldhuis**

□□: Noord-Veluwe  
 □□: 465

□□: 24.90 km  
 24,9 km - Lauf

□□□□:  
 Männer (20-29) B

□□□: 2:18:14

□□: 10.42 km/h  
 □□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 433)

□□□□□/□: 91 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 14(of 32)

□□□□□□□: 1:40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	24:19	5:55	11	6:22	92	7:43	4.10	24:19	5:55	11	6:22	92	7:43	
Plessenburg	2.40	13:02	5:25	16	3:12	87	3:53	6.50	37:21	5:44	12	9:34	85	11:36	
Oehrenfeld	3.40	14:25	4:14	11	2:38	64	3:30	9.90	51:46	5:13	12	12:12	80	15:06	
Ilsestein	4.80	28:56	6:01	13	7:30	78	19:05	14.70	1:20:42	5:29	12	19:42	83	24:07	
Plessenburg	2.30	14:56	6:29	14	4:40	97	5:18	17.00	1:35:38	5:37	12	24:22	80	29:25	
Oehrenfeld	3.40	17:49	5:14	22	5:45	181	6:28	20.40	1:53:27	5:33	13	30:07	87	35:53	
Ilseburg/Markt	4.50	24:47	5:30	13	7:24	113	8:01	24.90	2:18:14	5:33	14	37:31	91	43:54	