



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Niraj Kumar

□□: Sportinstitut TU Claustal
□□: 548

□□: 24.90 km
24,9 km - Lauf

□□□□:
Männer (20-29) B

□□□: 2:45:21

□□: 8.71 km/h
□□□□: 6:38 min/km

□□□□□/□□□: 275 (of 433)

□□□□□/□: 240 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 27(of 32)

□□□□□□□: 1:40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:04	7:20	28	12:07	272	13:28	4.10	30:04	7:20	28	12:07	272	13:28	
Plessenburg	2.40	15:56	6:38	27	6:06	235	6:47	6.50	46:00	7:04	29	18:13	264	20:15	
Oehrenfeld	3.40	19:04	5:36	28	7:17	266	8:09	9.90	1:05:04	6:34	29	25:30	265	28:24	
Ilsestein	4.80	34:50	7:15	25	13:24	227	24:59	14.70	1:39:54	6:47	28	38:54	253	43:19	
Plessenburg	2.30	17:19	7:31	23	7:03	218	7:41	17.00	1:57:13	6:53	27	45:57	242	51:00	
Oehrenfeld	3.40	19:11	5:38	23	7:07	224	7:50	20.40	2:16:24	6:41	26	53:04	239	58:50	
Ilseburg/Markt	4.50	28:57	6:26	26	11:34	221	12:11	24.90	2:45:21	6:38	27	1:04:38	240	1:11:01	