



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Leon Kröger

□□□: 2:52:55

□□: 260

□□: 8.33 km/h

□□□□: 6:56 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 316 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 271 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□:

□□□□□: 28(of 32)

Männer (20-29) B

□□□□□□□: 1:40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:09	6:51	23	10:12	216	11:33	4.10	28:09	6:51	23	10:12	216	11:33
Plessenburg	2.40	16:51	7:01	29	7:01	277	7:42	6.50	45:00	6:55	28	17:13	244	19:15
Oehrenfeld	3.40	18:01	5:17	26	6:14	236	7:06	9.90	1:03:01	6:21	26	23:27	238	26:21
Ilsestein	4.80	36:15	7:33	28	14:49	258	26:24	14.70	1:39:16	6:45	27	38:16	250	42:41
Plessenburg	2.30	19:24	8:26	28	9:08	282	9:46	17.00	1:58:40	6:58	28	47:24	253	52:27
Oehrenfeld	3.40	22:33	6:37	29	10:29	307	11:12	20.40	2:21:13	6:55	28	57:53	271	1:03:39
Ilseburg/Markt	4.50	31:42	7:02	29	14:19	272	14:56	24.90	2:52:55	6:56	28	1:12:12	271	1:18:35