



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Maximilian Krause

□□: Harzer Wölfe

□□: 252

□□: 24.90 km

24,9 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34) B

□□□: 2:34:09

□□: 9.34 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 203 (of 433)

□□□□□/□: 183 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 16(of 25)

□□□□□□□: 1:34:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:12	6:23	13	9:36	143	9:36	4.10	26:12	6:23	13	9:36	143	9:36	
Plessenburg	2.40	14:44	6:08	15	5:35	178	5:35	6.50	40:56	6:17	13	15:11	151	15:11	
Oehrenfeld	3.40	16:20	4:48	14	5:25	145	5:25	9.90	57:16	5:47	13	20:36	147	20:36	
Ilsestein	4.80	33:16	6:55	20	23:25	195	23:25	14.70	1:30:32	6:09	16	33:57	167	33:57	
Plessenburg	2.30	17:02	7:24	16	7:24	197	7:24	17.00	1:47:34	6:19	16	41:21	171	41:21	
Oehrenfeld	3.40	18:02	5:18	16	6:41	194	6:41	20.40	2:05:36	6:09	16	48:02	172	48:02	
Ilseburg/Markt	4.50	28:33	6:20	17	11:47	212	11:47	24.90	2:34:09	6:11	16	59:49	183	59:49	