



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Tobias Feuer

□□: 117

□□: 24.90 km
24,9 km - Lauf

□□□□:
Senioren M35 (35-39) B

□□□: 2:17:19

□□: 10.49 km/h
□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 433)

□□□□□/□: 86 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 16(of 49)

□□□□□□□: 1:42:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:19	5:41	13	5:57	65	6:43	4.10	23:19	5:41	13	5:57	65	6:43	
Plessenburg	2.40	13:12	5:30	17	3:23	92	4:03	6.50	36:31	5:37	14	9:20	72	10:46	
Oehrenfeld	3.40	13:20	3:55	10	2:01	30	2:25	9.90	49:51	5:02	11	11:16	59	13:11	
Ilsestein	4.80	29:57	6:14	17	8:56	97	20:06	14.70	1:19:48	5:25	14	20:12	73	23:13	
Plessenburg	2.30	18:55	8:13	44	8:42	274	9:17	17.00	1:38:43	5:48	17	28:18	97	32:30	
Oehrenfeld	3.40	14:50	4:21	10	2:52	44	3:29	20.40	1:53:33	5:33	17	31:10	89	35:59	
Ilseburg/Markt	4.50	23:46	5:16	17	5:30	85	7:00	24.90	2:17:19	5:30	16	35:07	86	42:59	