



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Andriy Lemeshko

□□: Ukrainische Falken
 □□: 274

□□: 24.90 km
 24,9 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39) B

□□□: 2:36:00

□□: 9.23 km/h
 □□□□: 6:15 min/km

□□□□□/□□□: 214 (of 433)

□□□□□/□: 193 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 32(of 49)

□□□□□□□: 1:42:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:41	6:30	26	9:19	160	10:05	4.10	26:41	6:30	26	9:19	160	10:05	
Plessenburg	2.40	13:41	5:42	19	3:52	108	4:32	6.50	40:22	6:12	22	13:11	141	14:37	
Oehrenfeld	3.40	16:50	4:57	31	5:31	170	5:55	9.90	57:12	5:46	21	18:37	145	20:32	
Ilsestein	4.80	34:23	7:09	37	13:22	217	24:32	14.70	1:31:35	6:13	31	31:59	181	35:00	
Plessenburg	2.30	16:02	6:58	25	5:49	148	6:24	17.00	1:47:37	6:19	29	37:12	173	41:24	
Oehrenfeld	3.40	18:22	5:24	34	6:24	203	7:01	20.40	2:05:59	6:10	30	43:36	177	48:25	
Ilseburg/Markt	4.50	30:01	6:40	42	11:45	246	13:15	24.90	2:36:00	6:15	32	53:48	193	1:01:40	