



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Andy Marth

□□: 291

□□: 24.90 km
24,9 km - Lauf

□□□□:
Senioren M35 (35-39) B

□□□: 2:39:56

□□: 9.00 km/h
□□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□: 234 (of 433)

□□□□□/□: 210 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 37(of 49)

□□□□□□□: 1:42:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:19	6:39	30	9:57	183	10:43	4.10	27:19	6:39	30	9:57	183	10:43
Plessenburg	2.40	15:45	6:33	41	5:56	229	6:36	6.50	43:04	6:37	36	15:53	201	17:19
Oehrenfeld	3.40	17:34	5:10	35	6:15	219	6:39	9.90	1:00:38	6:07	36	22:03	206	23:58
Ilsestein	4.80	35:01	7:17	40	14:00	231	25:10	14.70	1:35:39	6:30	38	36:03	212	39:04
Plessenburg	2.30	17:29	7:36	39	7:16	227	7:51	17.00	1:53:08	6:39	37	42:43	211	46:55
Oehrenfeld	3.40	18:41	5:29	36	6:43	209	7:20	20.40	2:11:49	6:27	36	49:26	214	54:15
Ilseburg/Markt	4.50	28:07	6:14	33	9:51	196	11:21	24.90	2:39:56	6:25	37	57:44	210	1:05:36