



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Andreas Busack

□□□: 3:10:12

□□: 68

□□: 7.57 km/h

□□□□: 7:38 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 377 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 311 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□:

□□□□□: 35(of 42)

Senioren M50 (50-54) B

□□□□□□□: 1:48:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:10	6:52	23	8:35	217	11:34	4.10	28:10	6:52	23	8:35	217	11:34	
Plessenburg	2.40	16:50	7:00	27	6:23	275	7:41	6.50	45:00	6:55	25	14:58	244	19:15	
Oehrenfeld	3.40	19:17	5:40	32	7:36	278	8:22	9.90	1:04:17	6:29	25	22:34	253	27:37	
Ilsestein	4.80	39:35	8:14	33	15:46	300	29:44	14.70	1:43:52	7:03	27	38:20	275	47:17	
Plessenburg	2.30	21:46	9:27	38	10:20	329	12:08	17.00	2:05:38	7:23	31	48:40	287	59:25	
Oehrenfeld	3.40	25:09	7:23	41	12:20	333	13:48	20.40	2:30:47	7:23	33	1:01:00	297	1:13:13	
Ilseburg/Markt	4.50	39:25	8:45	41	20:41	336	22:39	24.90	3:10:12	7:38	35	1:21:41	311	1:35:52	