



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Andreas Schulz

□□: 392

□□: 24.90 km
24,9 km - Lauf

□□□□:
Senioren M55 (55-59) B

□□□: 3:08:02

□□: 7.66 km/h
□□□□: 7:33 min/km

□□□□□/□□□: 369 (of 433)

□□□□□/□: 305 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 44(of 49)

□□□□□□□: 1:58:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:17	7:23	37	9:30	280	13:41	4.10	30:17	7:23	37	9:30	280	13:41	
Plessenburg	2.40	17:32	7:18	40	6:02	298	8:23	6.50	47:49	7:21	38	15:32	285	22:04	
Oehrenfeld	3.40	21:06	6:12	46	7:50	329	10:11	9.90	1:08:55	6:57	41	23:12	299	32:15	
Ilsestein	4.80	38:25	8:00	40	12:53	282	28:34	14.70	1:47:20	7:18	40	36:05	297	50:45	
Plessenburg	2.30	20:19	8:50	42	7:53	299	10:41	17.00	2:07:39	7:30	41	43:58	297	1:01:26	
Oehrenfeld	3.40	24:48	7:17	45	11:01	329	13:27	20.40	2:32:27	7:28	43	54:59	304	1:14:53	
Ilseburg/Markt	4.50	35:35	7:54	45	14:40	314	18:49	24.90	3:08:02	7:33	44	1:09:39	305	1:33:42	