



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Georg Stülb

□□□: 3:40:08

□□: 435

□□: 6.54 km/h

□□□□: 8:50 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 419 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 341 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□:

□□□□□: 47(of 49)

Senioren M55 (55-59) B

□□□□□□□: 1:58:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	31:41	7:43	40	10:54	303	15:05	4.10	31:41	7:43	40	10:54	303	15:05
Plessenburg	2.40	18:37	7:45	45	7:07	324	9:28	6.50	50:18	7:44	43	18:01	313	24:33
Oehrenfeld	3.40	20:39	6:04	44	7:23	322	9:44	9.90	1:10:57	7:10	45	25:14	318	34:17
Ilsestein	4.80	45:07	9:23	48	19:35	343	35:16	14.70	1:56:04	7:53	48	44:49	329	59:29
Plessenburg	2.30	24:39	10:43	48	12:13	340	15:01	17.00	2:20:43	8:16	47	57:02	335	1:14:30
Oehrenfeld	3.40	34:13	10:03	48	20:26	345	22:52	20.40	2:54:56	8:34	47	1:17:28	341	1:37:22
Ilseburg/Markt	4.50	45:12	10:02	47	24:17	341	28:26	24.90	3:40:08	8:50	47	1:41:45	341	2:05:48