



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Philipp String

□□: 431

□□: 24.90 km
24,9 km - Lauf

□□□□:
Senioren M65 (65-69) B

□□□: 2:40:34

□□: 8.97 km/h
□□□□: 6:26 min/km

□□□□□/□□□: 237 (of 433)

□□□□□/□: 212 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□□: 10(of 24)

□□□□□□□: 2:08:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:12	6:38	8	4:19	176	10:36	4.10	27:12	6:38	8	4:19	176	10:36	
Plessenburg	2.40	14:50	6:10	8	2:41	181	5:41	6.50	42:02	6:28	8	7:00	178	16:17	
Oehrenfeld	3.40	16:55	4:58	8	3:26	172	6:00	9.90	58:57	5:57	9	10:26	182	22:17	
Ilsestein	4.80	33:09	6:54	9	5:48	188	23:18	14.70	1:32:06	6:15	9	16:14	190	35:31	
Plessenburg	2.30	17:01	7:23	8	3:38	195	7:23	17.00	1:49:07	6:25	9	16:33	191	42:54	
Oehrenfeld	3.40	19:04	5:36	12	4:57	220	7:43	20.40	2:08:11	6:17	10	21:30	198	50:37	
Ilseburg/Markt	4.50	32:23	7:11	13	10:20	282	15:37	24.90	2:40:34	6:26	10	31:50	212	1:06:14	