



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Kerstin Leineweber

□□□: 2:47:40

□□: 272

□□: 8.59 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 286 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 38 (of 82)

□□□□□□: 1:53:56

□□□□:

□□□□□: 4(of 8)

Seniorinnen W45 (45-49) B

□□□□□□□: 2:40:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:50	7:31	4	3:46	42	10:10	4.10	30:50	7:31	4	3:46	42	10:10	
Plessenburg	2.40	17:40	7:21	4	2:11	56	6:21	6.50	48:30	7:27	4	5:41	47	16:31	
Oehrenfeld	3.40	20:53	6:08	6	4:22	68	8:01	9.90	1:09:23	7:00	5	9:22	56	24:05	
Ilsestein	4.80	36:53	7:41	4	3:22	42	12:40	14.70	1:46:16	7:13	4	11:00	48	36:45	
Plessenburg	2.30	17:19	7:31	2	0:13	27	5:44	17.00	2:03:35	7:16	4	10:28	47	42:29	
Oehrenfeld	3.40	18:15	5:22	1	-	30	4:53	20.40	2:21:50	6:57	4	10:17	41	47:22	
Ilseburg/Markt	4.50	25:50	5:44	1	-	17	6:22	24.90	2:47:40	6:44	4	6:58	38	53:44	