



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Silke Greite

□□□: 2:37:27

□□: 158

□□: 9.15 km/h

□□□□: 6:19 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 221 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 22 (of 82)

□□□□□□: 1:53:56

□□□□:

□□□□□: 3(of 10)

Seniorinnen W50 (50-54) B

□□□□□□□: 2:08:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:53	6:48	3	4:54	26	7:13	4.10	27:53	6:48	3	4:54	26	7:13	
Plessenburg	2.40	15:46	6:34	3	3:08	26	4:27	6.50	43:39	6:42	3	8:02	26	11:40	
Oehrenfeld	3.40	18:02	5:18	5	3:45	34	5:10	9.90	1:01:41	6:13	4	11:47	25	16:23	
Ilsestein	4.80	33:34	6:59	3	5:45	24	9:21	14.70	1:35:15	6:28	3	16:41	23	25:44	
Plessenburg	2.30	17:22	7:33	3	3:54	30	5:47	17.00	1:52:37	6:37	3	20:17	24	31:31	
Oehrenfeld	3.40	18:14	5:21	5	3:54	29	4:52	20.40	2:10:51	6:24	3	24:11	23	36:23	
Ilseburg/Markt	4.50	26:36	5:54	3	4:18	21	7:08	24.90	2:37:27	6:19	3	28:29	22	43:31	