



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Nicole Schaub

□□: 366

□□: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

□□□□:  
Seniorinnen W50 (50-54) B

□□□: 2:53:08

□□: 8.32 km/h  
□□□□: 6:57 min/km

□□□□□/□□□: 317 (of 433)

□□□□□/□: 46 (of 82)

□□□□□□: 1:53:56

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 2:08:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	31:55	7:47	6	8:56	55	11:15	4.10	31:55	7:47	6	8:56	55	11:15
Plessenburg	2.40	16:59	7:04	5	4:21	41	5:40	6.50	48:54	7:31	5	13:17	50	16:55
Oehrenfeld	3.40	20:06	5:54	8	5:49	62	7:14	9.90	1:09:00	6:58	6	19:06	54	23:42
Ilsestein	4.80	38:06	7:56	6	10:17	48	13:53	14.70	1:47:06	7:17	6	28:32	50	37:35
Plessenburg	2.30	18:35	8:04	6	5:07	49	7:00	17.00	2:05:41	7:23	6	33:21	51	44:35
Oehrenfeld	3.40	19:48	5:49	6	5:28	43	6:26	20.40	2:25:29	7:07	6	38:49	48	51:01
Ilseburg/Markt	4.50	27:39	6:08	4	5:21	32	8:11	24.90	2:53:08	6:57	6	44:10	46	59:12