



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Annett Fiedler

□□: Ittisse

□□: 119

□□: 24.90 km

24,9 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59) B

□□□: 2:59:33

□□: 8.02 km/h

□□□□: 7:12 min/km

□□□□□/□□□: 341 (of 433)

□□□□□/□: 54 (of 82)

□□□□□□: 1:53:56

□□□□□: 7(of 11)

□□□□□□□: 2:12:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:05	7:20	5	6:57	39	9:25	4.10	30:05	7:20	5	6:57	39	9:25	
Plessenburg	2.40	17:55	7:27	9	4:53	58	6:36	6.50	48:00	7:23	7	11:50	44	16:01	
Oehrenfeld	3.40	21:32	6:20	10	6:22	71	8:40	9.90	1:09:32	7:01	8	18:12	57	24:14	
Ilsestein	4.80	38:43	8:03	7	10:18	53	14:30	14.70	1:48:15	7:21	7	28:30	56	38:44	
Plessenburg	2.30	20:08	8:45	9	5:14	60	8:33	17.00	2:08:23	7:33	7	33:44	56	47:17	
Oehrenfeld	3.40	20:41	6:05	8	5:42	52	7:19	20.40	2:29:04	7:18	8	39:26	57	54:36	
Ilseburg/Markt	4.50	30:29	6:46	5	7:23	50	11:01	24.90	2:59:33	7:12	7	46:49	54	1:05:37	