



# 53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Dörte Barkeit-Kremling

□□□: 3:55:23

□□: 886

□□: 6.12 km/h

□□□□: 9:27 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 13 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 8 (of 46)

□□□□□□: 3:23:21

□□□□:

□□□□□: 8(of 46)

Frauen

□□□□□□□: 3:23:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	40:12	9:48	6	4:21	6	4:21	4.10	40:12	9:48	6	4:21	6	4:21
Plessenburg	2.40	21:44	9:03	6	2:45	6	2:45	6.50	1:01:56	9:31	6	6:57	6	6:57
Oehrenfeld	3.40	30:15	8:53	9	5:40	9	5:40	9.90	1:32:11	9:18	6	11:29	6	11:29
Ilsestein	4.80	47:44	9:56	7	6:18	7	6:18	14.70	2:19:55	9:31	6	17:34	6	17:34
Plessenburg	2.30	24:05	10:28	13	5:04	13	5:04	17.00	2:44:00	9:38	6	22:38	6	22:38
Oehrenfeld	3.40	30:13	8:53	9	9:08	9	9:08	20.40	3:14:13	9:31	8	31:38	8	31:38
Ilseburg/Markt	4.50	41:10	9:08	9	6:35	9	6:35	24.90	3:55:23	9:27	8	32:02	8	32:02