



# 53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Hannah Warnke

□□□: 4:54:40

□□: 878

□□: 4.89 km/h

□□□□: 11:50 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 44 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 25 (of 46)

□□□□□□: 3:23:21

□□□□:

□□□□□: 25(of 46)

Frauen

□□□□□□: 3:23:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	48:21	11:47	25	12:30	25	12:30	4.10	48:21	11:47	25	12:30	25	12:30	
Plessenburg	2.40	26:00	10:50	23	7:01	23	7:01	6.50	1:14:21	11:26	25	19:22	25	19:22	
Oehrenfeld	3.40	38:48	11:24	26	14:13	26	14:13	9.90	1:53:09	11:25	22	32:27	22	32:27	
Ilsestein	4.80	57:51	12:03	28	16:25	28	16:25	14.70	2:51:00	11:37	25	48:39	25	48:39	
Plessenburg	2.30	27:49	12:05	29	8:48	29	8:48	17.00	3:18:49	11:41	26	57:27	26	57:27	
Oehrenfeld	3.40	44:41	13:08	37	23:36	37	23:36	20.40	4:03:30	11:56	26	1:20:55	26	1:20:55	
Ilseburg/Markt	4.50	51:10	11:22	26	16:35	26	16:35	24.90	4:54:40	11:50	25	1:31:19	25	1:31:19	