



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Darline Gapke

□□□: 4:54:41

□□: 807

□□: 4.89 km/h

□□□□: 11:50 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 45 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 26 (of 46)

□□□□□□: 3:23:21

□□□□:

□□□□□: 26(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 | 27:48 | 12:05 | 28 | 8:47 | 28 | 8:47 | 17.00 | 3:18:48 | 11:41 | 25 | 57:26 | 25 | 57:26 | |
| Oehrenfeld | 3.40 | 44:42 | 13:08 | 38 | 23:37 | 38 | 23:37 | 20.40 | 4:03:30 | 11:56 | 26 | 1:20:55 | 26 | 1:20:55 | |
| Ilseburg/Markt | 4.50 | 51:11 | 11:22 | 27 | 16:36 | 27 | 16:36 | 24.90 | 4:54:41 | 11:50 | 26 | 1:31:20 | 26 | 1:31:20 | |