



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Krystina Henschel

□□□: 5:09:51

□□: 817

□□: 4.65 km/h

□□□□: 12:26 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 53 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 33 (of 46)

□□□□□□: 3:23:21

□□□□:

□□□□□: 33(of 46)

Frauen

□□□□□□□: 3:23:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	59:43	14:33	41	23:52	41	23:52	4.10	59:43	14:33	41	23:52	41	23:52
Plessenburg	2.40	34:58	14:34	41	15:59	41	15:59	6.50	1:34:41	14:33	41	39:42	41	39:42
Oehrenfeld	3.40	45:53	13:29	41	21:18	41	21:18	9.90	2:20:34	14:11	39	59:52	39	59:52
Ilsestein	4.80	59:20	12:21	31	17:54	31	17:54	14.70	3:19:54	13:35	39	1:17:33	39	1:17:33
Plessenburg	2.30	25:52	11:14	16	6:51	16	6:51	17.00	3:45:46	13:16	39	1:24:24	39	1:24:24
Oehrenfeld	3.40	37:19	10:58	23	16:14	23	16:14	20.40	4:23:05	12:53	36	1:40:30	36	1:40:30
Ilseburg/Markt	4.50	46:46	10:23	19	12:11	19	12:11	24.90	5:09:51	12:26	33	1:46:30	33	1:46:30