



53. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Katja Richter

□□□: 5:27:33

□□: Die Bitte-nicht-schupsen-wir-haben-einen-Jogurt □□: 4.40 km/h

□□: 853

□□□□: 13:09 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 61 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 38 (of 46)

□□□□□□: 3:23:21

□□□□:

□□□□□: 38(of 46)

Frauen

□□□□□□□: 3:23:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	53:58	13:09	38	18:07	38	18:07	4.10	53:58	13:09	38	18:07	38	18:07
Plessenburg	2.40	32:23	13:29	36	13:24	36	13:24	6.50	1:26:21	13:17	38	31:22	38	31:22
Oehrenfeld	3.40	42:23	12:27	34	17:48	34	17:48	9.90	2:08:44	13:00	36	48:02	36	48:02
Ilsestein	4.80	1:05:31	13:38	40	24:05	40	24:05	14.70	3:14:15	13:12	36	1:11:54	36	1:11:54
Plessenburg	2.30	30:46	13:22	38	11:45	38	11:45	17.00	3:45:01	13:14	37	1:23:39	37	1:23:39
Oehrenfeld	3.40	43:08	12:41	34	22:03	34	22:03	20.40	4:28:09	13:08	37	1:45:34	37	1:45:34
Ilseburg/Markt	4.50	59:24	13:11	41	24:49	41	24:49	24.90	5:27:33	13:09	38	2:04:12	38	2:04:12