



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Christian Andre Schuder

□□□: 3:51:32

□□: 863

□□: 6.22 km/h

□□□□: 9:17 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 11 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 4 (of 24)

□□□□□□: 3:24:19

□□□□:

□□□□□: 4(of 24)

Männer

□□□□□□□: 3:24:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	42:08	10:16	8	5:57	8	5:57	4.10	42:08	10:16	8	5:57	8	5:57	
Plessenburg	2.40	23:51	9:56	15	4:56	15	4:56	6.50	1:05:59	10:09	10	9:44	10	9:44	
Oehrenfeld	3.40	32:39	9:36	10	7:58	10	7:58	9.90	1:38:38	9:57	9	17:24	9	17:24	
Ilsestein	4.80	47:41	9:56	6	5:43	6	5:43	14.70	2:26:19	9:57	8	23:07	8	23:07	
Plessenburg	2.30	19:36	8:31	1	-	1	-	17.00	2:45:55	9:45	6	23:04	6	23:04	
Oehrenfeld	3.40	28:07	8:16	3	3:15	3	3:15	20.40	3:14:02	9:30	4	26:19	4	26:19	
Ilseburg/Markt	4.50	37:30	8:20	2	0:54	2	0:54	24.90	3:51:32	9:17	4	27:13	4	27:13	