



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Stefan Vehlow

□□□: 4:58:23

□□: 874

□□: 4.83 km/h

□□□□: 11:58 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 50 (of 70)

24,9 km - Wanderung

□□□□□/□: 20 (of 24)

□□□□□□: 3:24:19

□□□□:

□□□□□: 20(of 24)

Männer

□□□□□□: 3:24:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	48:23	11:48	20	12:12	20	12:12	4.10	48:23	11:48	20	12:12	20	12:12	
Plessenburg	2.40	27:24	11:24	20	8:29	20	8:29	6.50	1:15:47	11:39	19	19:32	19	19:32	
Oehrenfeld	3.40	38:32	11:20	19	13:51	19	13:51	9.90	1:54:19	11:32	19	33:05	19	33:05	
Ilsestein	4.80	1:01:26	12:47	21	19:28	21	19:28	14.70	2:55:45	11:57	20	52:33	20	52:33	
Plessenburg	2.30	28:53	12:33	20	9:17	20	9:17	17.00	3:24:38	12:02	20	1:01:47	20	1:01:47	
Oehrenfeld	3.40	38:49	11:25	19	13:57	19	13:57	20.40	4:03:27	11:56	20	1:15:44	20	1:15:44	
Ilseburg/Markt	4.50	54:56	12:12	23	18:20	23	18:20	24.90	4:58:23	11:58	20	1:34:04	20	1:34:04	