



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Lorenz Bruns

□□: 720

□□: 10.10 km
10,1 km - Lauf

□□□□:
Senioren M65 (65-69) I

□□□: 1:02:52

□□: 9.54 km/h
□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 178)

□□□□□/□: 66 (of 117)

□□□□□□: 38:24

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 1:02:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:06	7:05	1	-	63	11:27	4.10	29:06	7:05	1	-	63	11:27	
□□□	0.90	6:45	7:30	1	-	50	3:39	5.00	35:51	7:10	1	-	61	32:45	
Ilsestein	1.00	6:18	6:17	1	-	64	2:42	6.00	42:09	7:01	1	-	63	26:04	
Ilseburg/Markt	4.10	20:43	5:03	1	-	63	7:52	10.10	1:02:52	6:13	1	-	66	24:28	