



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Kamil Calusinski

□□□: 2:50:00

□□: 71

□□: 8.47 km/h

□□□□: 6:49 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 300 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 260 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□:

□□□□□: 44(of 49)

Senioren M35 (35-39) B

□□□□□□□: 1:42:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:32	6:57	41	11:10	229	11:56	4.10	28:32	6:57	41	11:10	229	11:56	
Plessenburg	2.40	15:58	6:39	42	6:09	237	6:49	6.50	44:30	6:50	42	17:19	234	18:45	
Oehrenfeld	3.40	17:56	5:16	38	6:37	234	7:01	9.90	1:02:26	6:18	42	23:51	233	25:46	
Ilsestein	4.80	36:49	7:40	44	15:48	265	26:58	14.70	1:39:15	6:45	42	39:39	249	42:40	
Plessenburg	2.30	18:28	8:01	43	8:15	260	8:50	17.00	1:57:43	6:55	42	47:18	247	51:30	
Oehrenfeld	3.40	20:38	6:04	44	8:40	277	9:17	20.40	2:18:21	6:46	43	55:58	253	1:00:47	
Ilseburg/Markt	4.50	31:39	7:01	44	13:23	271	14:53	24.90	2:50:00	6:49	44	1:07:48	260	1:15:40	