



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

□□□□

Bartosz Wypych

□□□: 2:18:12

□□: 503

□□: 10.42 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□: 24.90 km

□□□□□/□□□: 102 (of 433)

24,9 km - Lauf

□□□□□/□: 90 (of 351)

□□□□□□: 1:34:20

□□□□:

□□□□□: 18(of 53)

Senioren M40 (40-44) B

□□□□□□□: 1:40:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:25	6:11	22	6:55	117	8:49	4.10	25:25	6:11	22	6:55	117	8:49	
Plessenburg	2.40	13:54	5:47	23	4:04	120	4:45	6.50	39:19	6:02	22	10:59	120	13:34	
Oehrenfeld	3.40	14:33	4:16	13	2:41	69	3:38	9.90	53:52	5:26	20	13:40	100	17:12	
Ilsestein	4.80	30:16	6:18	23	8:49	105	20:25	14.70	1:24:08	5:43	19	22:29	101	27:33	
Plessenburg	2.30	15:22	6:40	22	5:13	116	5:44	17.00	1:39:30	5:51	19	27:42	100	33:17	
Oehrenfeld	3.40	15:36	4:35	12	3:28	71	4:15	20.40	1:55:06	5:38	18	31:10	97	37:32	
Ilseburg/Markt	4.50	23:06	5:08	14	6:03	60	6:20	24.90	2:18:12	5:33	18	37:13	90	43:52	