



52. Brockenlauf
Ilseburg / 02.09.2023

Detailauswertung

Praefke, Frank

Verein: LTH-Essen
Startnummer: 324

Strecke: 26,20 km
26,2 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:54:24

Geschwindigkeit: 8,94 km/h
Laufleistung: 6:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 352 (von 537)

Strecken-Platzierung/Männer: 305 (von 440)

Bestzeit der Strecke: 1:41:44

Kategorie-Platzierung: 40(von 59)

Bestzeit in der Kategorie: 2:13:09

Kontrolle	Teilstreckenwertung								Gesamtwertung							
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer		
Loddenke	3,30	21:23	6:28	47	5:56	327	9:11	3,30	21:23	6:28	47	5:56	327	9:11		
Schlüsie	3,10	23:13	7:29	46	5:19	340	9:49	6,40	44:36	6:58	44	11:11	339	19:00		
Hermannsklippe	2,60	20:54	8:02	40	5:24	331	9:00	9,00	1:05:30	7:16	44	15:51	340	28:00		
Brocken	3,10	36:54	11:54	51	12:12	384	18:41	12,10	1:42:24	8:27	47	27:02	360	46:41		
Eiserner Handwe	3,60	21:02	5:50	34	5:44	276	8:26	15,70	2:03:26	7:51	48	32:16	353	55:07		
Schlüsie	4,10	19:33	4:46	33	4:13	259	7:36	19,80	2:22:59	7:13	44	36:29	336	1:02:43		
Loddenke	3,10	15:10	4:53	30	2:45	209	5:06	22,90	2:38:09	6:54	41	39:14	324	1:07:49		
Ilseburg/Markt	3,30	16:15	4:55	20	2:25	159	4:51	26,20	2:54:24	6:39	40	41:15	305	1:12:40		