



50. Brockenlauf
Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Bömeke, Alexander

□□: Duderstadt
□□: 66

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:14:11

□□: 11.63 km/h
□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□□: 61 (of 467)

□□□□□/□: 59 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 11(of 59)

□□□□□□□: 1:47:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:56	5:07	16	3:16	75	4:25	3.30	16:56	5:07	60	3:16	388	4:25	
Schlüsie	3.10	17:33	5:39	11	3:01	49	4:29	6.40	34:29	5:23	60	6:17	388	8:53	
Hermannsklippe	2.60	15:17	5:52	12	2:37	53	3:56	9.00	49:46	5:31	60	8:54	388	12:49	
Brocken	3.10	25:37	8:15	15	5:44	73	7:50	12.10	1:15:23	6:13	60	14:27	388	20:39	
Eiserner Handwe	3.60	16:22	4:32	14	3:34	72	4:02	15.70	1:31:45	5:50	60	18:01	388	24:40	
Schlüsie	4.10	14:32	3:32	6	2:24	31	2:56	19.80	1:46:17	5:22	60	20:25	388	27:12	
Loddenke	3.10	12:59	4:11	13	2:51	71	3:04	22.90	1:59:16	5:12	60	23:16	384	30:05	
Ilseburg/Markt	3.30	14:55	4:31	22	3:46	109	4:07	26.20	2:14:11	5:07	11	27:02	59	33:49	