



50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Heike, Benjamin

□□: Braunschweig

□□: 186

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:18:19

□□: 11.28 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 467)

□□□□□/□: 77 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 11(of 31)

□□□□□□□: 1:40:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:45	6:17	28	8:13	283	8:14	3.30	20:45	6:17	32	8:13	388	8:14
Schlüsie	3.10	19:07	6:10	13	6:03	103	6:03	6.40	39:52	6:13	32	14:16	388	14:16
Hermannsklippe	2.60	16:10	6:13	11	4:49	83	4:49	9.00	56:02	6:13	32	19:05	388	19:05
Brocken	3.10	25:58	8:22	11	8:11	82	8:11	12.10	1:22:00	6:46	32	27:16	388	27:16
Eiserner Handwe	3.60	15:39	4:20	8	3:19	51	3:19	15.70	1:37:39	6:13	32	30:34	388	30:34
Schlüsie	4.10	15:27	3:46	11	3:51	63	3:51	19.80	1:53:06	5:42	32	34:01	388	34:01
Loddenke	3.10	12:19	3:58	7	2:24	43	2:24	22.90	2:05:25	5:28	32	36:14	384	36:14
Ilseburg/Markt	3.30	12:54	3:54	6	2:04	19	2:06	26.20	2:18:19	5:16	11	37:57	77	37:57