



50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Helm, Jürgen

□□: Team Ottomotor
 □□: 189

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:23:58

□□: 10.84 km/h
 □□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 110 (of 467)

□□□□□/□: 104 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 15(of 67)

□□□□□□□: 2:02:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:57	5:08	8	1:35	77	4:26	3.30	16:57	5:08	68	1:35	388	4:26
Schlüsie	3.10	19:06	6:09	16	3:12	102	6:02	6.40	36:03	5:37	68	4:35	388	10:27
Hermannsklippe	2.60	16:36	6:23	14	2:30	101	5:15	9.00	52:39	5:50	68	7:05	388	15:42
Brocken	3.10	30:10	9:43	34	8:05	187	12:23	12.10	1:22:49	6:50	68	15:10	388	28:05
Eiserner Handwe	3.60	15:24	4:16	4	0:49	40	3:04	15.70	1:38:13	6:15	68	15:07	388	31:08
Schlüsie	4.10	15:00	3:39	6	1:21	50	3:24	19.80	1:53:13	5:43	68	15:20	388	34:08
Loddenke	3.10	13:47	4:26	22	2:09	123	3:52	22.90	2:07:00	5:32	66	17:24	384	37:49
Ilseburg/Markt	3.30	16:58	5:08	37	4:02	220	6:10	26.20	2:23:58	5:29	15	21:10	104	43:36