



50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Rehbock, Volker

□□: Bad Nenndorf
 □□: 350

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:43:38

□□: 9.53 km/h
 □□□□: 6:15 min/km

□□□□□/□□□: 256 (of 467)

□□□□□/□: 231 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 42(of 59)

□□□□□□□: 1:47:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:04	6:04	44	6:24	252	7:33	3.30	20:04	6:04	60	6:24	388	7:33
Schlüsie	3.10	21:16	6:51	39	6:44	215	8:12	6.40	41:20	6:27	60	13:08	388	15:44
Hermannsklippe	2.60	18:23	7:04	38	5:43	201	7:02	9.00	59:43	6:38	60	18:51	388	22:46
Brocken	3.10	30:14	9:45	37	10:21	190	12:27	12.10	1:29:57	7:26	60	29:01	388	35:13
Eiserner Handwe	3.60	19:54	5:31	40	7:06	222	7:34	15.70	1:49:51	6:59	60	36:07	388	42:46
Schlüsie	4.10	19:45	4:49	46	7:37	251	8:09	19.80	2:09:36	6:32	60	43:44	388	50:31
Loddenke	3.10	16:06	5:11	45	5:58	252	6:11	22.90	2:25:42	6:21	60	49:42	384	56:31
Ilseburg/Markt	3.30	17:56	5:26	45	6:47	269	7:08	26.20	2:43:38	6:14	42	56:29	231	1:03:16