



# 50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Lang, Helmut

□□: Hannover Runners e.V.  
 □□: 262

□□: 26.20 km  
 26,2 km - Lauf

□□□□:  
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:54:04

□□: 8.96 km/h  
 □□□□: 6:38 min/km

□□□□□/□□□: 319 (of 467)

□□□□□/□: 284 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 51(of 66)

□□□□□□□: 1:57:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:00	6:21	52	6:27	294	8:29	3.30	21:00	6:21	67	6:27	388	8:29
Schlüsie	3.10	23:10	7:28	51	7:32	301	10:06	6.40	44:10	6:54	67	13:59	388	18:34
Hermannsklippe	2.60	20:02	7:42	48	6:04	274	8:41	9.00	1:04:12	7:08	67	20:03	388	27:15
Brocken	3.10	32:46	10:34	43	10:07	268	14:59	12.10	1:36:58	8:00	67	30:10	388	42:14
Eiserner Handwe	3.60	20:33	5:42	43	6:55	254	8:13	15.70	1:57:31	7:29	67	37:05	388	50:26
Schlüsie	4.10	20:45	5:03	46	7:40	287	9:09	19.80	2:18:16	6:58	67	44:45	388	59:11
Loddenke	3.10	16:41	5:22	48	5:33	278	6:46	22.90	2:34:57	6:45	67	50:18	384	1:05:46
Ilseburg/Markt	3.30	19:07	5:47	54	6:45	309	8:19	26.20	2:54:04	6:38	51	57:03	284	1:13:42