



50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Krämer, Stefan

□□: LSG Kassel
 □□: 240

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:06:05

□□: 8.38 km/h
 □□□□: 7:06 min/km

□□□□□/□□□: 377 (of 467)

□□□□□/□: 326 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 42(of 50)

□□□□□□□: 1:43:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:10	6:06	35	6:31	256	7:39	3.30	20:10	6:06	51	6:31	388	7:39
Schlüsie	3.10	23:02	7:25	38	8:52	296	9:58	6.40	43:12	6:45	51	15:23	388	17:36
Hermannsklippe	2.60	21:44	8:21	42	9:51	329	10:23	9.00	1:04:56	7:12	51	25:14	388	27:59
Brocken	3.10	38:26	12:23	45	19:54	364	20:39	12.10	1:43:22	8:32	51	45:08	388	48:38
Eiserner Handwe	3.60	22:38	6:17	41	9:56	320	10:18	15.70	2:06:00	8:01	51	55:04	388	58:55
Schlüsie	4.10	22:47	5:33	39	10:40	335	11:11	19.80	2:28:47	7:30	51	1:05:44	388	1:09:42
Loddenke	3.10	17:44	5:43	36	7:42	314	7:49	22.90	2:46:31	7:16	49	1:13:26	384	1:17:20
Ilseburg/Markt	3.30	19:34	5:55	38	8:46	325	8:46	26.20	3:06:05	7:06	42	1:22:12	326	1:25:43