



50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Bardehle, Lutz

□□: VfB Salzkotten

□□: 19

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:57:26

□□: 8.79 km/h

□□□□: 6:46 min/km

□□□□□/□□□: 337 (of 467)

□□□□□/□: 297 (of 387)

□□□□□□: 1:40:22

□□□□□: 54(of 67)

□□□□□□□: 2:02:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:34	6:13	46	5:12	270	8:03	3.30	20:34	6:13	68	5:12	388	8:03	
Schlüsie	3.10	22:41	7:19	50	6:47	280	9:37	6.40	43:15	6:45	68	11:47	388	17:39	
Hermannsklippe	2.60	20:37	7:55	51	6:31	297	9:16	9.00	1:03:52	7:05	68	18:18	388	26:55	
Brocken	3.10	35:43	11:31	55	13:38	322	17:56	12.10	1:39:35	8:13	68	31:56	388	44:51	
Eiserner Handwe	3.60	22:04	6:07	56	7:29	307	9:44	15.70	2:01:39	7:44	68	38:33	388	54:34	
Schlüsie	4.10	21:45	5:18	51	8:06	312	10:09	19.80	2:23:24	7:14	68	45:31	388	1:04:19	
Loddenke	3.10	16:32	5:20	47	4:54	274	6:37	22.90	2:39:56	6:59	66	50:20	384	1:10:45	
Ilseburg/Markt	3.30	17:30	5:18	44	4:34	243	6:42	26.20	2:57:26	6:46	54	54:38	297	1:17:04	