



51. Brockenlauf
Ilsenburg / 03.09.2022

□□□□

Hoffmann, Jan

□□: Timmenrode

□□: 594

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:28

□□: 11.62 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 147)

□□□□□/□: 17 (of 90)

□□□□□□: 37:03

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 39:16

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 23:09 | 5:38 | 5 | 3:37 | 18 | 4:24 | 4.10 | 23:09 | 5:38 | 5 | 3:37 | 18 | 4:24 |
| Loddenke | 2.20 | 9:18 | 4:13 | 5 | 1:42 | 20 | 4:43 | 6.30 | 32:27 | 5:09 | 5 | 5:19 | 19 | 27:52 |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 14:01 | 4:14 | 6 | 1:53 | 24 | 2:48 | 9.60 | 46:28 | 4:50 | 5 | 7:12 | 17 | 9:25 |