



51. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Köllner, Rüdiger

□□: NSV Wernigerode

□□: 604

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 52:14

□□: 10.34 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 147)

□□□□□/□: 48 (of 90)

□□□□□□: 37:03

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:59	6:34	4	4:23	54	8:14	4.10	26:59	6:34	4	4:23	54	8:14
Loddenke	2.20	10:00	4:32	2	1:25	39	5:25	6.30	36:59	5:52	4	5:48	50	32:24
Ilseburg/Markt	3.30	15:15	4:37	4	1:33	41	4:02	9.60	52:14	5:26	4	7:21	48	15:11