



51. Brockenlauf
Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Heimbach, Hannes

□□: Niederschmon

□□: 584

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 58:44

□□: 9.19 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 91 (of 147)

□□□□□/□: 69 (of 90)

□□□□□□: 37:03

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:52	7:17	7	7:16	72	11:07	4.10	29:52	7:17	7	7:16	72	11:07	
Loddenke	2.20	12:02	5:28	7	3:27	70	7:27	6.30	41:54	6:39	7	10:43	71	37:19	
Ilseburg/Markt	3.30	16:50	5:06	7	3:08	63	5:37	9.60	58:44	6:07	7	13:51	69	21:41	