



# 51. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Henk, Sascha

□□: LT Windhagen

□□: 169

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:33:58

□□: 10.13 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 148 (of 418)

□□□□□/□: 134 (of 336)

□□□□□□: 1:39:59

□□□□□: 24(of 60)

□□□□□□□: 2:00:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:18	5:32	20	3:48	116	6:18	3.30	18:18	5:32	20	3:48	116	6:18
Schlüsie	3.10	19:48	6:23	19	4:13	112	6:21	6.40	38:06	5:57	20	8:01	114	12:39
Hermannsklippe	2.60	17:51	6:51	23	3:57	127	6:03	9.00	55:57	6:13	20	11:58	116	18:42
Brocken	3.10	30:48	9:56	29	8:02	177	12:38	12.10	1:26:45	7:10	21	19:54	132	31:20
Eiserner Handwe	3.60	18:06	5:01	22	3:47	114	6:04	15.70	1:44:51	6:40	22	22:17	128	37:24
Schlüsie	4.10	17:43	4:19	25	4:12	143	6:11	19.80	2:02:34	6:11	23	26:29	128	43:35
Loddenke	3.10	fehlt!	-	-	-	-	-	22.90	-	-	-	-	-	-
Ilseburg/Markt	3.30	31:24	9:30	53	18:34	305	20:22	26.20	2:33:58	5:52	24	33:13	134	53:59