



51. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Jermis, Dieter

□□: Hameln
□□: 10

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 2:40:55

□□: 9.69 km/h
□□□□: 6:08 min/km

□□□□□/□□□: 186 (of 418)

□□□□□/□: 165 (of 336)

□□□□□□: 1:39:59

□□□□□: 5(of 19)

□□□□□□□: 2:24:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:17	5:50	4	1:49	162	7:17	3.30	19:17	5:50	4	1:49	162	7:17
Schlüsie	3.10	21:44	7:00	6	2:17	206	8:17	6.40	41:01	6:24	5	4:05	183	15:34
Hermannsklippe	2.60	18:54	7:16	5	1:44	178	7:06	9.00	59:55	6:39	6	5:29	184	22:40
Brocken	3.10	31:00	10:00	7	3:01	184	12:50	12.10	1:30:55	7:30	6	8:04	184	35:30
Eiserner Handwe	3.60	19:25	5:23	6	2:26	168	7:23	15.70	1:50:20	7:01	6	10:30	178	42:53
Schlüsie	4.10	17:31	4:16	5	1:29	129	5:59	19.80	2:07:51	6:27	5	11:53	166	48:52
Loddenke	3.10	15:05	4:51	5	1:40	116	5:07	22.90	2:22:56	6:14	4	13:25	126	53:59
Ilseburg/Markt	3.30	17:59	5:26	5	2:52	159	6:57	26.20	2:40:55	6:08	5	16:14	165	1:00:56