51. Brockenlauf

Ilsenburg / 03.09.2022

□□□□

Sternberg, Ulf

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
□□: 32

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:42:43

□□: 9.66 km/h
□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 196 (of 418)
□□□□□/□: 174 (of 336)
□□□□□□: 1:39:59
□□□□□: 13(of 29)
□□□□□□□: 2:11:24

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:12	6:25	22	4:41	253	9:12	3.30	21:12	6:25	22	4:41	253	9:12
Schlüsie	3.10	21:35	6:57	13	4:12	198	8:08	6.40	42:47	6:41	18	8:53	235	17:20
Hermannsklippe	2.60	18:52	7:15	12	3:44	174	7:04	9.00	1:01:39	6:50	16	12:37	211	24:24
Brocken	3.10	30:00	9:40	9	5:01	157	11:50	12.10	1:31:39	7:34	13	17:38	193	36:14
Eiserner Handwe	3.60	19:09	5:19	12	3:44	158	7:07	15.70	1:50:48	7:03	12	21:22	181	43:21
Schlüsie	4.10	18:59	4:37	15	4:37	193	7:27	19.80	2:09:47	6:33	13	25:31	183	50:48
Loddenke	3.10	fehlt!	-	-	-	-	-	22.90	-	-	-	-	-	-
Ilsenburg/Markt	3.30	32:56	9:58	27	18:46	310	21:54	26.20	2:42:43	6:12	13	31:19	174	1:02:44