



51. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Pusch, Toralf

□□: Düsseldorf
 □□: 316

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:56:58

□□: 8.82 km/h
 □□□□: 6:45 min/km

□□□□□/□□□: 295 (of 418)

□□□□□/□: 255 (of 336)

□□□□□□: 1:39:59

□□□□□: 47(of 60)

□□□□□□□: 2:00:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:29	6:12	41	5:59	221	8:29	3.30	20:29	6:12	41	5:59	221	8:29
Schlüsie	3.10	21:03	6:47	32	5:28	179	7:36	6.40	41:32	6:29	35	11:27	198	16:05
Hermannsklippe	2.60	19:42	7:34	40	5:48	217	7:54	9.00	1:01:14	6:48	37	17:15	199	23:59
Brocken	3.10	34:39	11:10	49	11:53	259	16:29	12.10	1:35:53	7:55	43	29:02	235	40:28
Eiserner Handwe	3.60	19:53	5:31	36	5:34	190	7:51	15.70	1:55:46	7:22	42	33:12	227	48:19
Schlüsie	4.10	19:42	4:48	37	6:11	220	8:10	19.80	2:15:28	6:50	44	39:23	231	56:29
Loddenke	3.10	19:30	6:17	41	7:41	235	9:32	22.90	2:34:58	6:46	35	45:41	190	1:06:01
Ilseburg/Markt	3.30	22:00	6:40	43	9:10	243	10:58	26.20	2:56:58	6:45	47	56:13	255	1:16:59