



52. Brockenlauf
Ilsenburg / 02.09.2023

□□□□

Bauer, Ralf

□□: Nix tun kann jeder

□□: 740

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 57:22

□□: 9.41 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 108 (of 169)

□□□□□/□: 74 (of 101)

□□□□□□: 34:38

□□□□□: 8(of 13)

□□□□□□□: 46:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:57	7:18	8	6:51	77	12:57	4.10	29:57	7:18	8	6:51	78	29:57
Loddenke	2.20	10:33	4:47	6	1:36	55	3:46	6.30	40:30	6:25	7	8:14	73	16:43
Ilsenburg/Markt	3.30	16:52	5:06	7	2:49	72	6:13	9.60	57:22	5:58	8	10:52	74	22:44