



52. Brockenlauf  
Ilsenburg / 02.09.2023

□□□□

Nehrkorn, Joachim

□□: Werne an der Lippe

□□: 686

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:16:29

□□: 7.06 km/h

□□□□: 7:58 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 169)

□□□□□/□: 97 (of 101)

□□□□□□: 34:38

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 1:05:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	36:14	8:50	3	4:12	95	19:14	4.10	36:14	8:50	3	4:12	96	36:14
Loddenke	2.20	15:54	7:13	3	3:22	97	9:07	6.30	52:08	8:16	3	7:34	97	28:21
Ilsenburg/Markt	3.30	24:21	7:22	4	3:47	99	13:42	9.60	1:16:29	7:58	3	11:21	97	41:51