



# 52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Hesse, Jörn

□□: Delligser SC

□□: 19

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:08:04

□□: 12.18 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 537)

□□□□□/□: 33 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 3(of 55)

□□□□□□□: 2:00:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:25	4:40	5	1:28	38	3:13	3.30	15:25	4:40	5	1:28	38	3:13
Schlüsie	3.10	17:24	5:36	5	1:42	44	4:00	6.40	32:49	5:07	5	3:10	39	7:13
Hermannsklippe	2.60	15:26	5:56	4	1:13	45	3:32	9.00	48:15	5:21	4	4:23	41	10:45
Brocken	3.10	23:54	7:42	3	0:48	31	5:41	12.10	1:12:09	5:57	4	5:11	37	16:26
Eiserner Handwe	3.60	14:51	4:07	4	0:43	26	2:15	15.70	1:27:00	5:32	4	5:21	36	18:41
Schlüsie	4.10	14:28	3:31	2	0:57	25	2:31	19.80	1:41:28	5:07	4	5:12	35	21:12
Loddenke	3.10	12:28	4:01	2	1:44	34	2:24	22.90	1:53:56	4:58	4	5:26	35	23:36
Ilseburg/Markt	3.30	14:08	4:16	4	1:41	46	2:44	26.20	2:08:04	4:53	3	7:07	33	26:20