



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Szidat, Marten

□□: LG SV Werder Bremen/ 5./ABCAbwBtl 7
 □□: 419

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:21:52

□□: 11.00 km/h
 □□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 537)

□□□□□/□: 75 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 8(of 55)

□□□□□□□: 2:00:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:04	5:28	13	4:07	113	5:52	3.30	18:04	5:28	13	4:07	113	5:52
Schlüsie	3.10	18:38	6:00	8	2:56	72	5:14	6.40	36:42	5:44	10	7:03	88	11:06
Hermannsklippe	2.60	16:06	6:11	8	1:53	66	4:12	9.00	52:48	5:51	9	8:56	76	15:18
Brocken	3.10	27:17	8:48	10	4:11	83	9:04	12.10	1:20:05	6:37	9	13:07	77	24:22
Eiserner Handwe	3.60	17:55	4:58	14	3:47	131	5:19	15.70	1:38:00	6:14	11	16:21	83	29:41
Schlüsie	4.10	16:57	4:08	11	3:26	109	5:00	19.80	1:54:57	5:48	11	18:41	88	34:41
Loddenke	3.10	13:07	4:13	7	2:23	67	3:03	22.90	2:08:04	5:35	10	19:34	84	37:44
Ilseburg/Markt	3.30	13:48	4:10	3	1:21	39	2:24	26.20	2:21:52	5:24	8	20:55	75	40:08