



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Jansen, Helmut

□□: Berlin
 □□: 195

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:30:10

□□: 10.39 km/h
 □□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 136 (of 537)

□□□□□/□: 123 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 16(of 61)

□□□□□□□: 2:00:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:03	5:46	24	4:32	178	6:51	3.30	19:03	5:46	24	4:32	178	6:51
Schlüsie	3.10	20:19	6:33	17	4:10	166	6:55	6.40	39:22	6:09	20	8:21	164	13:46
Hermannsklippe	2.60	17:29	6:43	14	3:23	139	5:35	9.00	56:51	6:18	17	11:44	146	19:21
Brocken	3.10	29:22	9:28	22	6:52	151	11:09	12.10	1:26:13	7:07	18	18:10	147	30:30
Eiserner Handwe	3.60	16:53	4:41	9	2:54	71	4:17	15.70	1:43:06	6:34	15	20:48	126	34:47
Schlüsie	4.10	18:51	4:35	29	5:19	217	6:54	19.80	2:01:57	6:09	18	26:06	130	41:41
Loddenke	3.10	13:39	4:24	11	2:22	96	3:35	22.90	2:15:36	5:55	17	28:15	127	45:16
Ilseburg/Markt	3.30	14:34	4:24	8	1:37	65	3:10	26.20	2:30:10	5:43	16	29:45	123	48:26