



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Østergaard, John

□□: VLS

□□: 309

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:39:19

□□: 9.79 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 203 (of 537)

□□□□□/□: 185 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 5(of 32)

□□□□□□□: 2:24:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:46	5:59	11	1:58	233	7:34	3.30	19:46	5:59	11	1:58	233	7:34
Schlüsie	3.10	21:40	6:59	10	2:23	254	8:16	6.40	41:26	6:28	10	3:55	240	15:50
Hermannsklippe	2.60	20:12	7:46	16	3:43	295	8:18	9.00	1:01:38	6:50	12	7:38	265	24:08
Brocken	3.10	32:24	10:27	14	4:22	258	14:11	12.10	1:34:02	7:46	12	12:00	260	38:19
Eiserner Handwe	3.60	18:26	5:07	5	1:52	157	5:50	15.70	1:52:28	7:09	8	13:01	232	44:09
Schlüsie	4.10	16:39	4:03	1	-	90	4:42	19.80	2:09:07	6:31	8	12:52	206	48:51
Loddenke	3.10	13:35	4:22	2	0:12	87	3:31	22.90	2:22:42	6:13	5	13:04	188	52:22
Ilseburg/Markt	3.30	16:37	5:02	5	2:10	189	5:13	26.20	2:39:19	6:04	5	15:14	185	57:35