



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Menz, Alexander

□□: Stiftung Wadentest

□□: 288

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:49:02

□□: 9.23 km/h

□□□□: 6:27 min/km

□□□□□/□□□: 298 (of 537)

□□□□□/□: 263 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 35(of 57)

□□□□□□□: 1:54:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:27	6:48	52	8:10	383	10:15	3.30	22:27	6:48	52	8:10	383	10:15
Schlüsie	3.10	22:57	7:24	40	7:12	324	9:33	6.40	45:24	7:05	49	15:22	356	19:48
Hermannsklippe	2.60	18:26	7:05	31	4:46	191	6:32	9.00	1:03:50	7:05	42	20:08	312	26:20
Brocken	3.10	31:37	10:11	35	10:48	221	13:24	12.10	1:35:27	7:53	38	30:56	280	39:44
Eiserner Handwe	3.60	20:01	5:33	33	6:24	239	7:25	15.70	1:55:28	7:21	37	37:20	275	47:09
Schlüsie	4.10	19:28	4:44	36	6:10	256	7:31	19.80	2:14:56	6:48	36	43:30	271	54:40
Loddenke	3.10	15:51	5:06	37	4:32	259	5:47	22.90	2:30:47	6:35	34	48:02	263	1:00:27
Ilseburg/Markt	3.30	18:15	5:31	41	6:04	286	6:51	26.20	2:49:02	6:27	35	54:06	263	1:07:18