



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Mock, Ralf

□□: TuS Hasede
 □□: 297

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 3:01:06

□□: 8.61 km/h
 □□□□: 6:55 min/km

□□□□□/□□□: 403 (of 537)

□□□□□/□: 346 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 21(of 32)

□□□□□□□: 2:24:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:49	6:54	25	5:01	402	10:37	3.30	22:49	6:54	25	5:01	402	10:37
Schlüsie	3.10	24:35	7:55	22	5:18	379	11:11	6.40	47:24	7:24	25	9:53	389	21:48
Hermannsklippe	2.60	21:27	8:15	21	4:58	354	9:33	9.00	1:08:51	7:38	22	14:51	381	31:21
Brocken	3.10	33:41	10:51	18	5:39	304	15:28	12.10	1:42:32	8:28	21	20:30	362	46:49
Eiserner Handwe	3.60	22:35	6:16	22	6:01	351	9:59	15.70	2:05:07	7:58	21	25:40	363	56:48
Schlüsie	4.10	21:42	5:17	21	5:03	356	9:45	19.80	2:26:49	7:24	22	30:34	362	1:06:33
Loddenke	3.10	16:38	5:21	20	3:15	305	6:34	22.90	2:43:27	7:08	21	33:49	353	1:13:07
Ilseburg/Markt	3.30	17:39	5:20	13	3:12	256	6:15	26.20	3:01:06	6:54	21	37:01	346	1:19:22