



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Förster, Norbert

□□: Braunschweig

□□: 60

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 3:01:06

□□: 8.68 km/h

□□□□: 6:55 min/km

□□□□□/□□□: 404 (of 537)

□□□□□/□: 346 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 44(of 59)

□□□□□□□: 2:13:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:51	6:37	51	6:24	352	9:39	3.30	21:51	6:37	51	6:24	352	9:39	
Schlüsie	3.10	23:47	7:40	50	5:53	360	10:23	6.40	45:38	7:07	51	12:13	360	20:02	
Hermannsklippe	2.60	21:20	8:12	46	5:50	348	9:26	9.00	1:06:58	7:26	49	17:19	359	29:28	
Brocken	3.10	33:12	10:42	37	8:30	288	14:59	12.10	1:40:10	8:16	44	24:48	342	44:27	
Eiserner Handwe	3.60	22:33	6:15	50	7:15	349	9:57	15.70	2:02:43	7:48	45	31:33	347	54:24	
Schlüsie	4.10	21:48	5:19	49	6:28	359	9:51	19.80	2:24:31	7:17	48	38:01	353	1:04:15	
Loddenke	3.10	17:43	5:42	49	5:18	357	7:39	22.90	2:42:14	7:05	46	43:19	350	1:11:54	
Ilseburg/Markt	3.30	18:52	5:43	41	5:02	320	7:28	26.20	3:01:06	6:54	44	47:57	346	1:19:22	