



# 52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

**Kramer, Manfred**

□□: Werder - Osis  
 □□: 229

□□: 26.20 km  
 26,2 km - Lauf

□□□□:  
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 3:18:31

□□: 7.86 km/h  
 □□□□: 7:35 min/km

□□□□□/□□□: 487 (of 537)

□□□□□/□: 405 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 28(of 32)

□□□□□□□: 2:24:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:05	6:23	16	3:17	310	8:53	3.30	21:05	6:23	16	3:17	310	8:53	
Schlüsie	3.10	24:45	7:59	23	5:28	386	11:21	6.40	45:50	7:09	20	8:19	362	20:14	
Hermannsklippe	2.60	23:15	8:56	25	6:46	395	11:21	9.00	1:09:05	7:40	23	15:05	386	31:35	
Brocken	3.10	40:26	13:02	28	12:24	415	22:13	12.10	1:49:31	9:03	26	27:29	402	53:48	
Eiserner Handwe	3.60	25:58	7:12	30	9:24	413	13:22	15.70	2:15:29	8:37	26	36:02	405	1:07:10	
Schlüsie	4.10	24:11	5:53	31	7:32	409	12:14	19.80	2:39:40	8:03	27	43:25	409	1:19:24	
Loddenke	3.10	18:05	5:49	26	4:42	368	8:01	22.90	2:57:45	7:45	27	48:07	404	1:27:25	
Ilseburg/Markt	3.30	20:46	6:17	27	6:19	372	9:22	26.20	3:18:31	7:34	28	54:26	405	1:36:47	