



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Ruttkowski, Mika

□□: Hamburg

□□: 355

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 3:22:17

□□: 7.71 km/h

□□□□: 7:43 min/km

□□□□□/□□□: 496 (of 537)

□□□□□/□: 410 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 32(of 34)

□□□□□□□: 1:57:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:01	6:22	26	7:09	299	8:49	3.30	21:01	6:22	26	7:09	299	8:49	
Schlüsie	3.10	26:43	8:37	32	11:21	418	13:19	6.40	47:44	7:27	32	18:30	395	22:08	
Hermannsklippe	2.60	23:52	9:10	33	10:21	412	11:58	9.00	1:11:36	7:57	33	28:51	401	34:06	
Brocken	3.10	41:24	13:21	32	20:33	423	23:11	12.10	1:53:00	9:20	32	49:24	411	57:17	
Eiserner Handwe	3.60	25:20	7:02	32	10:49	403	12:44	15.70	2:18:20	8:48	32	59:15	412	1:10:01	
Schlüsie	4.10	20:59	5:07	27	7:34	319	9:02	19.80	2:39:19	8:02	32	1:05:06	405	1:19:03	
Loddenke	3.10	21:05	6:48	31	10:13	422	11:01	22.90	3:00:24	7:52	32	1:15:19	410	1:30:04	
Ilseburg/Markt	3.30	21:53	6:37	32	9:15	402	10:29	26.20	3:22:17	7:43	32	1:24:19	410	1:40:33	