



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Ritzka, Roman

□□: Rot Weiß Oberfeld

□□: 267

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 2:11:16

□□: 11.98 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 370)

□□□□□/□: 33 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 4(of 30)

□□□□□□□: 1:51:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:30	4:41	3	1:44	26	2:28	3.30	15:30	4:41	28			32	2:27
Schlüsie	3.10	17:45	5:43	5	2:23	36	3:50	6.40	33:15	5:11	28			32	5:47
Hermannsklippe	2.60	14:58	5:45	3	2:18	31	3:16	9.00	48:13	5:21	28			16	8:41
Brocken	3.10	25:41	8:17	5	4:56	38	6:40	12.10	1:13:54	6:06	28			32	13:56
Eiserner Handwe	3.60	15:32	4:18	3	2:18	31	3:04	15.70	1:29:26	5:41	27			32	17:00
Schlüsie	4.00	15:06	3:46	5	2:48	46	3:53	19.70	1:44:32	5:18	26			32	20:53
Loddenke	3.20	13:09	4:06	6	2:03	40	2:45	22.90	1:57:41	5:08	27			32	23:38
Ilseburg/Markt	3.30	13:35	4:06	4	1:21	27	2:32	26.20	2:11:16	5:00	4	19:51		33	26:10