



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Holze, Christian

□□: Pulvis Fitness Studio Harsum  
 □□: 12

□□: 26.20 km  
 Brockenlauf

□□□□:  
 Männer M35

□□□: 2:13:48

□□: 11.66 km/h  
 □□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 370)

□□□□□/□: 38 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 5(of 30)

□□□□□□□: 1:51:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:32	5:36	18	4:46	128	5:30	3.30	18:32	5:36	27	1:20	37	5:29	
Schlüsie	3.10	17:48	5:44	6	2:26	37	3:53	6.40	36:20	5:40	27		37	8:52	
Hermannsklippe	2.60	15:35	5:59	7	2:55	50	3:53	9.00	51:55	5:46	27		37	12:23	
Brocken	3.10	24:03	7:45	2	3:18	19	5:02	12.10	1:15:58	6:16	27		37	16:00	
Eiserner Handwe	3.60	15:45	4:22	5	2:31	36	3:17	15.70	1:31:43	5:50	26		37	19:17	
Schlüsie	4.00	15:13	3:48	7	2:55	50	4:00	19.70	1:46:56	5:25	25		37	23:17	
Loddenke	3.20	13:07	4:05	5	2:01	38	2:43	22.90	2:00:03	5:14	26		37	26:00	
Ilsenburg/Markt	3.30	13:45	4:10	5	1:31	31	2:42	26.20	2:13:48	5:06	5	22:23	38	28:42	