



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Radtke, Ulrich

□□: Post SV Holzminden
 □□: 32

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Männer M50

□□□: 2:14:09

□□: 11.63 km/h
 □□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 42 (of 370)

□□□□□/□: 41 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 5(of 51)

□□□□□□□: 1:57:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:15	4:55	5	1:01	39	3:13	3.30	16:15	4:55	30			40	3:12
Schlüsie	3.10	18:02	5:49	4	1:37	43	4:07	6.40	34:17	5:21	30			40	6:49
Hermannsklippe	2.60	15:58	6:08	8	2:22	68	4:16	9.00	50:15	5:34	30			40	10:43
Brocken	3.10	26:30	8:32	5	4:06	46	7:29	12.10	1:16:45	6:20	30			40	16:47
Eiserner Handwe	3.60	15:38	4:20	4	2:06	34	3:10	15.70	1:32:23	5:53	30			40	19:57
Schlüsie	4.00	15:36	3:53	6	2:47	65	4:23	19.70	1:47:59	5:28	28			40	24:20
Loddenke	3.20	12:56	4:02	3	1:36	30	2:32	22.90	2:00:55	5:16	30			40	26:52
Ilsenburg/Markt	3.30	13:14	4:00	2	1:05	20	2:11	26.20	2:14:09	5:07	5	16:17		41	29:03