



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

McDonald, Christian

□□□: 2:21:18

□□: Braunschweig

□□: 11.04 km/h

□□: 236

□□□□: 5:23 min/km

□□: 26.20 km

□□□□□/□□□: 69 (of 370)

Brockenlauf

□□□□□/□: 65 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□:

□□□□□: 15(of 74)

Männer M45

□□□□□□□: 2:01:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:56	5:26	25	3:38	101	4:54	3.30	17:56	5:26	41	-	63	4:53
Schlüsie	3.10	18:49	6:04	15	2:20	69	4:54	6.40	36:45	5:44	41	-	63	9:17
Hermannsklippe	2.60	15:41	6:01	12	1:40	53	3:59	9.00	52:26	5:49	41	-	63	12:54
Brocken	3.10	26:12	8:27	10	5:03	44	7:11	12.10	1:18:38	6:29	41	-	63	18:40
Eiserner Handwe	3.60	17:16	4:47	17	2:46	73	4:48	15.70	1:35:54	6:06	41	-	63	23:28
Schlüsie	4.00	15:43	3:55	16	2:14	66	4:30	19.70	1:51:37	5:39	38	-	63	27:58
Loddenke	3.20	14:16	4:27	22	2:22	82	3:52	22.90	2:05:53	5:29	41	-	63	31:50
Ilseburg/Markt	3.30	15:25	4:40	20	2:45	79	4:22	26.20	2:21:18	5:23	15	19:57	65	36:12