



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Schelauske, Martin

□□: ASC Düsseldorf

□□: 108

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 2:24:32

□□: 10.88 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 84 (of 370)

□□□□□/□: 78 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 2(of 21)

□□□□□□□: 2:18:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:23	5:16	3	0:45	76	4:21	3.30	17:23	5:16	21			76	4:20
Schlüsie	3.10	19:24	6:15	2	0:49	91	5:29	6.40	36:47	5:44	21			76	9:19
Hermannsklippe	2.60	16:22	6:17	2	0:28	78	4:40	9.00	53:09	5:54	21			76	13:37
Brocken	3.10	27:58	9:01	2	1:24	75	8:57	12.10	1:21:07	6:42	21			76	21:09
Eiserner Handwe	3.60	17:07	4:45	3	0:59	68	4:39	15.70	1:38:14	6:15	21			76	25:48
Schlüsie	4.00	15:55	3:58	3	0:52	71	4:42	19.70	1:54:09	5:47	17			68	30:30
Loddenke	3.20	14:22	4:29	3	0:41	84	3:58	22.90	2:08:31	5:36	21			76	34:28
Ilseburg/Markt	3.30	16:01	4:51	3	1:08	104	4:58	26.20	2:24:32	5:30	2	6:16		78	39:26