



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Zipper, Wolfgang

□□: Langenhagen

□□: 123

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 2:27:11

□□: 10.60 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 94 (of 370)

□□□□□/□: 86 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 21(of 74)

□□□□□□□: 2:01:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:04	5:28	26	3:46	105	5:02	3.30	18:04	5:28	71			84	5:01
Schlüsie	3.10	19:33	6:18	22	3:04	97	5:38	6.40	37:37	5:52	71			84	10:09
Hermannsklippe	2.60	16:37	6:23	18	2:36	88	4:55	9.00	54:14	6:01	71			84	14:42
Brocken	3.10	29:25	9:29	27	8:16	106	10:24	12.10	1:23:39	6:54	71			84	23:41
Eiserner Handwe	3.60	17:40	4:54	24	3:10	85	5:12	15.70	1:41:19	6:27	71			84	28:53
Schlüsie	4.00	16:18	4:04	24	2:49	88	5:05	19.70	1:57:37	5:58	66			84	33:58
Loddenke	3.20	14:09	4:25	18	2:15	75	3:45	22.90	2:11:46	5:45	71			84	37:43
Ilseburg/Markt	3.30	15:25	4:40	20	2:45	79	4:22	26.20	2:27:11	5:37	21	25:50		86	42:05