



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Rinke, Steven

□□: FSG Drübeck

□□: 232

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 2:27:55

□□: 10.63 km/h

□□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 99 (of 370)

□□□□□/□: 90 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 10(of 22)

□□□□□□□: 1:45:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:10	5:12	10	4:08	69	4:08	3.30	17:10	5:12	14		88	4:07
Schlüsie	3.10	19:31	6:17	13	5:36	96	5:36	6.40	36:41	5:43	14		88	9:13
Hermannsklippe	2.60	17:09	6:35	11	5:27	104	5:27	9.00	53:50	5:58	14		88	14:18
Brocken	3.10	28:34	9:12	10	9:33	90	9:33	12.10	1:22:24	6:48	14	1:41	88	22:26
Eiserner Handwe	3.60	17:54	4:58	10	5:26	91	5:26	15.70	1:40:18	6:23	14		88	27:52
Schlüsie	4.00	16:21	4:05	9	5:08	93	5:08	19.70	1:56:39	5:55	13		88	33:00
Loddenke	3.20	14:46	4:36	9	4:22	97	4:22	22.90	2:11:25	5:44	14		88	37:22
Ilseburg/Markt	3.30	16:30	5:00	11	5:27	124	5:27	26.20	2:27:55	5:38	10	42:49	90	42:49