



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Baumgart, Lutz

□□: Brockenlaufverein

□□: 249

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 2:28:03

□□: 10.54 km/h

□□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 370)

□□□□□/□: 92 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 7(of 30)

□□□□□□□: 2:09:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:20	5:33	8	3:19	117	5:18	3.30	18:20	5:33	17			90	5:17
Schlüsie	3.10	20:07	6:29	9	3:09	122	6:12	6.40	38:27	6:00	25			90	10:59
Hermannsklippe	2.60	17:09	6:35	9	2:19	104	5:27	9.00	55:36	6:10	25			90	16:04
Brocken	3.10	28:20	9:08	6	1:19	83	9:19	12.10	1:23:56	6:56	25			90	23:58
Eiserner Handwe	3.60	18:20	5:05	8	2:56	102	5:52	15.70	1:42:16	6:30	25			90	29:50
Schlüsie	4.00	16:35	4:08	7	2:20	105	5:22	19.70	1:58:51	6:01	23			90	35:12
Loddenke	3.20	14:29	4:31	7	1:27	88	4:05	22.90	2:13:20	5:49	25			90	39:17
Ilseburg/Markt	3.30	14:43	4:27	4	1:31	56	3:40	26.20	2:28:03	5:39	7	18:05		92	42:57