



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Schade, Andreas

□□□: 2:28:37

□□: 346

□□: 10.50 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□: 26.20 km

□□□□□/□□□: 108 (of 370)

Brockenlauf

□□□□□/□: 98 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□:

□□□□□: 13(of 30)

Männer M35

□□□□□□□: 1:51:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:26	4:58	6	2:40	45	3:24	3.30	16:26	4:58	19			96	3:23
Schlüsie	3.10	18:57	6:06	12	3:35	76	5:02	6.40	35:23	5:31	19			96	7:55
Hermannsklippe	2.60	16:55	6:30	14	4:15	99	5:13	9.00	52:18	5:48	19			96	12:46
Brocken	3.10	31:01	10:00	19	10:16	148	12:00	12.10	1:23:19	6:53	19			96	23:21
Eiserner Handwe	3.60	18:26	5:07	14	5:12	105	5:58	15.70	1:41:45	6:28	18			96	29:19
Schlüsie	4.00	16:40	4:10	16	4:22	109	5:27	19.70	1:58:25	6:00	17			96	34:46
Loddenke	3.20	14:59	4:40	14	3:53	102	4:35	22.90	2:13:24	5:49	18			96	39:21
Ilseburg/Markt	3.30	15:13	4:36	11	2:59	73	4:10	26.20	2:28:37	5:40	13	37:12		98	43:31