



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Kanzog, Holger

□□: Lübeck

□□: 10

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 2:31:10

□□: 10.32 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 116 (of 370)

□□□□□/□: 104 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 25(of 74)

□□□□□□□: 2:01:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Loddenke	3.30	-	-	73	-	-	311	3.30	-	-	73	-	-	311
Schlüsie	3.10	-	-	73	-	-	311	6.40	-	-	73	-	-	311
Hermannsklippe	2.60	-	-	73	-	-	311	9.00	-	-	73	-	-	311
Brocken	3.10	-	-	73	-	-	311	12.10	-	-	73	-	-	311
Eiserner Handwe	3.60	-	-	73	-	-	310	15.70	-	-	73	-	-	310
Schlüsie	4.00	-	-	69	-	-	289	19.70	-	-	69	-	-	288
Loddenke	3.20	-	-	73	-	-	309	22.90	-	-	73	-	-	309
Ilseburg/Markt	3.30	2:31:10	45:48	73	2:18:30	310	2:20:07	26.20	2:31:10	5:46	25	29:49	104	46:04