



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Kugenbuch, Ingo

□□: Brockenlaufverein

□□: 77

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 2:38:25

□□: 9.92 km/h

□□□□: 6:03 min/km

□□□□□/□□□: 151 (of 370)

□□□□□/□: 136 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 26(of 47)

□□□□□□□: 1:45:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:33	5:19	17	4:31	86	4:31	3.30	17:33	5:19	2			71	4:30
Schlüsie	3.10	20:17	6:32	21	6:08	126	6:22	6.40	37:50	5:54	2			132	10:22
Hermannsklippe	2.60	17:47	6:50	24	5:50	134	6:05	9.00	55:37	6:10	2			132	16:05
Brocken	3.10	30:40	9:53	24	10:35	137	11:39	12.10	1:26:17	7:07	2			132	26:19
Eiserner Handwe	3.60	20:52	5:47	32	8:20	197	8:24	15.70	1:47:09	6:49	2			124	34:43
Schlüsie	4.00	17:37	4:24	24	6:09	133	6:24	19.70	2:04:46	6:20	3			132	41:07
Loddenke	3.20	15:47	4:55	25	5:16	132	5:23	22.90	2:20:33	6:08	2			132	46:30
Ilseburg/Markt	3.30	17:52	5:24	29	6:29	177	6:49	26.20	2:38:25	6:02	26	52:42		136	53:19