



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Genrich, Dr. Florian

□□: Post SV Holzminden
 □□: 36

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Männer M30

□□□: 2:38:46

□□: 9.83 km/h
 □□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 156 (of 370)

□□□□□/□: 140 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 12(of 23)

□□□□□□□: 2:00:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:45	5:59	16	5:58	186	6:43	3.30	19:45	5:59	1	-	136	6:42
Schlüsie	3.10	21:28	6:55	16	5:43	175	7:33	6.40	41:13	6:26	1	-	136	13:45
Hermannsklippe	2.60	19:00	7:18	18	5:48	184	7:18	9.00	1:00:13	6:41	1	-	136	20:41
Brocken	3.10	30:51	9:57	16	8:41	140	11:50	12.10	1:31:04	7:31	1	-	136	31:06
Eiserner Handwe	3.60	18:42	5:11	10	4:04	112	6:14	15.70	1:49:46	6:59	1	-	136	37:20
Schlüsie	4.00	17:42	4:25	12	5:01	140	6:29	19.70	2:07:28	6:28	1	-	136	43:49
Loddenke	3.20	15:22	4:48	9	2:46	114	4:58	22.90	2:22:50	6:14	1	-	136	48:47
Ilsenburg/Markt	3.30	15:56	4:49	7	2:38	101	4:53	26.20	2:38:46	6:03	12	38:26	140	53:40