



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Pflugner, Hans-Jürgen

□□: Brockenlaufverein

□□: 34

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 2:47:20

□□: 9.39 km/h

□□□□: 6:23 min/km

□□□□□/□□□: 208 (of 370)

□□□□□/□: 185 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 15(of 30)

□□□□□□□: 2:09:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/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	21:30	6:56	15	4:32	178	7:35	6.40	39:50	6:13	17		134	12:22
Hermannsklippe	2.60	19:17	7:25	18	4:27	194	7:35	9.00	59:07	6:34	17		180	19:35
Brocken	3.10	36:29	11:46	24	9:28	248	17:28	12.10	1:35:36	7:54	17	4:27	180	35:38
Eiserner Handwe	3.60	19:42	5:28	11	4:18	156	7:14	15.70	1:55:18	7:20	17	2:52	180	42:52
Schlüsie	4.00	17:51	4:27	11	3:36	149	6:38	19.70	2:13:09	6:45	1	-	180	49:30
Loddenke	3.20	16:10	5:03	10	3:08	151	5:46	22.90	2:29:19	6:31	17		180	55:16
Ilseburg/Markt	3.30	18:01	5:27	19	4:49	184	6:58	26.20	2:47:20	6:23	15	37:22	185	1:02:14