



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Fritsche, Rainer

□□: Wernigerode
 □□: 142

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Männer M45

□□□: 2:51:03

□□: 9.12 km/h
 □□□□: 6:32 min/km

□□□□□/□□□: 230 (of 370)

□□□□□/□: 204 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 50(of 74)

□□□□□□□: 2:01:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:59	6:03	51	5:41	200	6:57	3.30	19:59	6:03	8	0:15	199	6:56	
Schlüsie	3.10	22:02	7:06	49	5:33	196	8:07	6.40	42:01	6:33	8	0:54	199	14:33	
Hermannsklippe	2.60	19:41	7:34	47	5:40	208	7:59	9.00	1:01:42	6:51	8	2:10	199	22:10	
Brocken	3.10	33:33	10:49	49	12:24	211	14:32	12.10	1:35:15	7:52	8	4:39	199	35:17	
Eiserner Handwe	3.60	19:02	5:17	33	4:32	129	6:34	15.70	1:54:17	7:16	8	3:51	199	41:51	
Schlüsie	4.00	18:13	4:33	37	4:44	156	7:00	19.70	2:12:30	6:43	5	1:06	199	48:51	
Loddenke	3.20	18:54	5:54	56	7:00	228	8:30	22.90	2:31:24	6:36	8	4:01	199	57:21	
Ilseburg/Markt	3.30	19:39	5:57	56	6:59	229	8:36	26.20	2:51:03	6:31	50	49:42	204	1:05:57	