



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Twyrdy, Krystian

□□: VfB Fallersleben

□□: 154

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 2:51:55

□□: 9.07 km/h

□□□□: 6:34 min/km

□□□□□/□□□: 236 (of 370)

□□□□□/□: 209 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 32(of 51)

□□□□□□□: 1:57:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	23:01	6:58	44	7:47	288	9:59	3.30	23:01	6:58	7	2:52	204	9:58
Schlüsie	3.10	22:54	7:23	33	6:29	227	8:59	6.40	45:55	7:10	7	2:48	204	18:27
Hermannsklippe	2.60	18:45	7:12	24	5:09	177	7:03	9.00	1:04:40	7:11	7	1:38	204	25:08
Brocken	3.10	34:09	11:00	34	11:45	223	15:08	12.10	1:38:49	8:09	7		204	38:51
Eiserner Handwe	3.60	23:15	6:27	41	9:43	254	10:47	15.70	2:02:04	7:46	7		204	49:38
Schlüsie	4.00	18:29	4:37	30	5:40	172	7:16	19.70	2:20:33	7:08	9	1:54	204	56:54
Loddenke	3.20	15:10	4:44	16	3:50	108	4:46	22.90	2:35:43	6:47	8		204	1:01:40
Ilseburg/Markt	3.30	16:12	4:54	18	4:03	110	5:09	26.20	2:51:55	6:33	32	54:03	209	1:06:49