



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Maas, Denis

□□: Unikum

□□: 89

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 2:53:44

□□: 9.05 km/h

□□□□: 6:38 min/km

□□□□□/□□□: 243 (of 370)

□□□□□/□: 216 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 16(of 22)

□□□□□□□: 1:45:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:17	6:08	17	7:15	214	7:15	3.30	20:17	6:08	8	1:32	179	7:14
Schlüsie	3.10	21:44	7:00	18	7:49	187	7:49	6.40	42:01	6:33	8	3:51	199	14:33
Hermannsklippe	2.60	20:25	7:51	20	8:43	230	8:43	9.00	1:02:26	6:56	8	8:13	211	22:54
Brocken	3.10	36:49	11:52	20	17:48	256	17:48	12.10	1:39:15	8:12	8	18:32	211	39:17
Eiserner Handwe	3.60	20:09	5:35	15	7:41	164	7:41	15.70	1:59:24	7:36	8	18:03	211	46:58
Schlüsie	4.00	18:27	4:36	13	7:14	168	7:14	19.70	2:17:51	6:59	7	19:44	211	54:12
Loddenke	3.20	17:54	5:35	13	7:30	201	7:30	22.90	2:35:45	6:48	8	15:52	211	1:01:42
Ilseburg/Markt	3.30	17:59	5:26	14	6:56	182	6:56	26.20	2:53:44	6:37	16	1:08:38	216	1:08:38