



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Tittelmeier, Hans-Christian

□□□: 2:58:10

□□: Go ahead Jesus

□□: 8.82 km/h

□□: 259

□□□□: 6:48 min/km

□□: 26.20 km

□□□□□/□□□: 262 (of 370)

Brockenlauf

□□□□□/□: 229 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□:

□□□□□: 21(of 30)

Männer M55

□□□□□□□: 2:09:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:01	6:40	23	7:00	269	8:59	3.30	22:01	6:40	11	1:04	224	8:58	
Schlüsie	3.10	23:19	7:31	22	6:21	238	9:24	6.40	45:20	7:04	11	2:34	224	17:52	
Hermannsklippe	2.60	20:16	7:47	21	5:26	225	8:34	9.00	1:05:36	7:17	11	5:07	224	26:04	
Brocken	3.10	33:51	10:55	20	6:50	219	14:50	12.10	1:39:27	8:13	11	8:18	224	39:29	
Eiserner Handwe	3.60	20:57	5:49	18	5:33	199	8:29	15.70	2:00:24	7:40	11	7:58	215	47:58	
Schlüsie	4.00	18:28	4:36	15	4:13	171	7:15	19.70	2:18:52	7:02	9	5:43	224	55:13	
Loddenke	3.20	19:09	5:59	23	6:07	232	8:45	22.90	2:38:01	6:54	11	8:23	224	1:03:58	
Ilseburg/Markt	3.30	20:09	6:06	25	6:57	240	9:06	26.20	2:58:10	6:48	21	48:12	229	1:13:04	