



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Scheibe, Frank

□□: SV Westfeld

□□: 255

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 3:03:58

□□: 8.48 km/h

□□□□: 7:01 min/km

□□□□□/□□□: 281 (of 370)

□□□□□/□: 244 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 59(of 74)

□□□□□□□: 2:01:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:15	6:08	57	5:57	213	7:13	3.30	20:15	6:08	35	0:31	241	7:12
Schlüsie	3.10	22:14	7:10	50	5:45	205	8:19	6.40	42:29	6:38	35	1:22	241	15:01
Hermannsklippe	2.60	19:58	7:40	53	5:57	217	8:16	9.00	1:02:27	6:56	35	2:55	241	22:55
Brocken	3.10	36:46	11:51	57	15:37	252	17:45	12.10	1:39:13	8:11	35	8:37	222	39:15
Eiserner Handwe	3.60	24:52	6:54	66	10:22	277	12:24	15.70	2:04:05	7:54	35	13:39	241	51:39
Schlüsie	4.00	22:36	5:39	65	9:07	271	11:23	19.70	2:26:41	7:26	30	15:17	241	1:03:02
Loddenke	3.20	18:36	5:48	53	6:42	219	8:12	22.90	2:45:17	7:13	35	17:54	241	1:11:14
Ilseburg/Markt	3.30	18:41	5:39	52	6:01	208	7:38	26.20	3:03:58	7:01	59	1:02:37	244	1:18:52