



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Popper, Norbert

□□: Parstein

□□: 129

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 3:07:13

□□: 8.40 km/h

□□□□: 7:09 min/km

□□□□□/□□□: 294 (of 370)

□□□□□/□: 255 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 42(of 47)

□□□□□□□: 1:45:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:40	6:33	42	8:38	257	8:38	3.30	21:40	6:33	18	1:48	252	8:37	
Schlüsie	3.10	23:21	7:31	41	9:12	239	9:26	6.40	45:01	7:02	18	4:07	252	17:33	
Hermannsklippe	2.60	20:55	8:02	40	8:58	240	9:13	9.00	1:05:56	7:19	18	6:55	252	26:24	
Brocken	3.10	37:16	12:01	41	17:11	263	18:15	12.10	1:43:12	8:31	18	12:41	252	43:14	
Eiserner Handwe	3.60	23:02	6:23	39	10:30	246	10:34	15.70	2:06:14	8:02	18	14:44	252	53:48	
Schlüsie	4.00	21:22	5:20	39	9:54	244	10:09	19.70	2:27:36	7:29	19	16:26	252	1:03:57	
Loddenke	3.20	19:10	5:59	37	8:39	233	8:46	22.90	2:46:46	7:16	18	17:10	252	1:12:43	
Ilseburg/Markt	3.30	20:27	6:11	40	9:04	246	9:24	26.20	3:07:13	7:08	42	1:21:30	255	1:22:07	