



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Hörning, Jürgen

□□: TSV Langeoog

□□: 136

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 3:41:20

□□: 7.10 km/h

□□□□: 8:27 min/km

□□□□□/□□□: 353 (of 370)

□□□□□/□: 304 (of 317)

□□□□□□: 1:45:06

□□□□□: 19(of 21)

□□□□□□□: 2:18:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	24:42	7:29	21	8:04	304	11:40	3.30	24:42	7:29	4	2:56	290	11:39	
Schlüsie	3.10	27:52	8:59	20	9:17	302	13:57	6.40	52:34	8:12	4	8:16	299	25:06	
Hermannsklippe	2.60	24:02	9:14	19	8:08	292	12:20	9.00	1:16:36	8:30	4	13:41	299	37:04	
Brocken	3.10	40:18	12:59	18	13:44	290	21:17	12.10	1:56:54	9:39	4	20:52	299	56:56	
Eiserner Handwe	3.60	26:00	7:13	18	9:52	286	13:32	15.70	2:22:54	9:06	4	26:19	299	1:10:28	
Schlüsie	4.00	fehlt!	-	-	-	-	-	19.70	-	-	-	-	-	-	
Loddenke	3.20	50:16	15:42	18	36:35	296	39:52	22.90	3:13:10	8:26	4	39:44	299	1:39:07	
Ilseburg/Markt	3.30	28:10	8:32	21	13:17	301	17:07	26.20	3:41:20	8:26	19	1:23:04	304	1:56:14	