



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Raz, Andre

□□: Drübeck
 □□: 420

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:04:52

□□: 12.49 km/h
 □□□□: 4:46 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 456)

□□□□□/□: 22 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 2(of 32)

□□□□□□□: 1:39:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:37	4:43	5	3:02	39	3:06	3.30	15:37	4:43	26	-	22	3:02
Schlüsie	3.10	16:52	5:26	5	3:27	36	3:30	6.40	32:29	5:04	32	-	22	6:29
Hermannsklippe	2.60	14:17	5:29	2	2:37	15	2:44	9.00	46:46	5:11	32	-	22	9:06
Brocken	3.10	22:41	7:19	2	4:17	15	4:40	12.10	1:09:27	5:44	32	-	20	13:23
Eiserner Handwe	3.60	15:11	4:13	4	3:05	32	3:08	15.70	1:24:38	5:23	32	-	22	16:28
Schlüsie	4.10	14:33	3:32	3	3:35	26	3:35	19.80	1:39:11	5:00	32	-	22	20:03
Loddenke	3.10	11:55	3:50	3	2:31	22	2:31	22.90	1:51:06	4:51	32	-	22	22:34
Ilseburg/Markt	3.30	13:46	4:10	5	3:15	38	3:15	26.20	2:04:52	4:45	2	25:49	22	25:49