



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Matthiesen, Erik

□□: Løgumkloster Löbemotion

□□: 85

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:13:50

□□: 11.66 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 456)

□□□□□/□: 53 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 11(of 99)

□□□□□□□: 2:00:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:34	5:01	19	2:22	77	4:03	3.30	16:34	5:01	66	-	53	3:59
Schlüsie	3.10	17:00	5:29	6	0:56	41	3:38	6.40	33:34	5:14	66	-	53	7:34
Hermannsklippe	2.60	15:36	6:00	8	1:21	55	4:03	9.00	49:10	5:27	66	-	53	11:30
Brocken	3.10	25:04	8:05	8	2:26	46	7:03	12.10	1:14:14	6:08	66	-	53	18:10
Eiserner Handwe	3.60	15:47	4:23	10	1:24	47	3:44	15.70	1:30:01	5:44	66	-	53	21:51
Schlüsie	4.10	15:56	3:53	17	1:56	77	4:58	19.80	1:45:57	5:21	66	-	53	26:49
Loddenke	3.10	12:45	4:06	11	1:36	51	3:21	22.90	1:58:42	5:11	66	-	53	30:10
Ilseburg/Markt	3.30	15:08	4:35	23	3:01	103	4:37	26.20	2:13:50	5:06	11	13:24	53	34:47