



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Hertel, Frank Michael

□□: Eisenhüttenstadt

□□: 238

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:18:47

□□: 11.24 km/h

□□□□: 5:18 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 456)

□□□□□/□: 77 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 8(of 63)

□□□□□□□: 2:02:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:13	4:54	5	1:25	67	3:42	3.30	16:13	4:54	40	-	77	3:38
Schlüsie	3.10	17:30	5:38	4	1:09	54	4:08	6.40	33:43	5:16	40	-	77	7:43
Hermannsklippe	2.60	15:49	6:04	5	1:32	61	4:16	9.00	49:32	5:30	40	-	77	11:52
Brocken	3.10	29:04	9:22	21	6:09	137	11:03	12.10	1:18:36	6:29	40	-	77	22:32
Eiserner Handwe	3.60	16:50	4:40	12	2:07	95	4:47	15.70	1:35:26	6:04	40	-	77	27:16
Schlüsie	4.10	16:09	3:56	8	2:25	87	5:11	19.80	1:51:35	5:38	40	-	77	32:27
Loddenke	3.10	13:04	4:12	6	1:19	68	3:40	22.90	2:04:39	5:26	40	-	77	36:07
Ilseburg/Markt	3.30	14:08	4:16	7	1:00	50	3:37	26.20	2:18:47	5:17	8	16:13	77	39:44