



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Brenz, Andraes

□□: Wernigerode

□□: 178

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:30:21

□□: 10.38 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 151 (of 456)

□□□□□/□: 143 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 32(of 99)

□□□□□□□: 2:00:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:39	4:44	8	1:27	42	3:08	3.30	15:39	4:44	94	-	143	3:04
Schlüsie	3.10	19:18	6:13	28	3:14	128	5:56	6.40	34:57	5:27	94	-	71	8:57
Hermannsklippe	2.60	18:47	7:13	45	4:32	206	7:14	9.00	53:44	5:58	94	-	143	16:04
Brocken	3.10	31:58	10:18	54	9:20	230	13:57	12.10	1:25:42	7:04	94	-	143	29:38
Eiserner Handwe	3.60	17:05	4:44	28	2:42	107	5:02	15.70	1:42:47	6:32	94	-	143	34:37
Schlüsie	4.10	16:54	4:07	31	2:54	125	5:56	19.80	1:59:41	6:02	94	-	143	40:33
Loddenke	3.10	14:31	4:40	38	3:22	152	5:07	22.90	2:14:12	5:51	94	-	143	45:40
Ilseburg/Markt	3.30	16:09	4:53	36	4:02	150	5:38	26.20	2:30:21	5:44	32	29:55	143	51:18