



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Broer, Thomas

□□: Kiel

□□: 70

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:34:13

□□: 10.12 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 171 (of 456)

□□□□□/□: 160 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 32(of 55)

□□□□□□□: 1:50:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:13	5:31	27	4:50	146	5:42	3.30	18:13	5:31	5			112	5:38
Schlüsie	3.10	19:48	6:23	32	5:21	161	6:26	6.40	38:01	5:56	5			160	12:01
Hermannsklippe	2.60	17:51	6:51	32	4:51	157	6:18	9.00	55:52	6:12	5			139	18:12
Brocken	3.10	29:55	9:39	29	9:37	158	11:54	12.10	1:25:47	7:05	5			160	29:43
Eiserner Handwe	3.60	18:32	5:08	35	5:14	173	6:29	15.70	1:44:19	6:38	5			134	36:09
Schlüsie	4.10	18:20	4:28	38	5:58	187	7:22	19.80	2:02:39	6:11	5			160	43:31
Loddenke	3.10	15:10	4:53	35	4:38	193	5:46	22.90	2:17:49	6:01	5			160	49:17
Ilseburg/Markt	3.30	16:24	4:58	31	4:17	167	5:53	26.20	2:34:13	5:53	32	43:51		160	55:10