



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Bischoff, Tom

□□: Groß Häuslingen

□□: 218

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:35:04

□□: 10.06 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 180 (of 456)

□□□□□/□: 168 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 36(of 55)

□□□□□□□: 1:50:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:31	5:54	42	6:08	210	7:00	3.30	19:31	5:54	9	1:16	168	6:56
Schlüsie	3.10	19:50	6:23	36	5:23	168	6:28	6.40	39:21	6:08	9	0:29	168	13:21
Hermannsklippe	2.60	17:32	6:44	27	4:32	141	5:59	9.00	56:53	6:19	9		168	19:13
Brocken	3.10	30:20	9:47	33	10:02	177	12:19	12.10	1:27:13	7:12	9		168	31:09
Eiserner Handwe	3.60	19:24	5:23	40	6:06	215	7:21	15.70	1:46:37	6:47	9		168	38:27
Schlüsie	4.10	17:48	4:20	34	5:26	167	6:50	19.80	2:04:25	6:17	9		168	45:17
Loddenke	3.10	14:37	4:42	30	4:05	163	5:13	22.90	2:19:02	6:04	9		168	50:30
Ilseburg/Markt	3.30	16:02	4:51	25	3:55	145	5:31	26.20	2:35:04	5:55	36	44:42	168	56:01