



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Gille, Wiegbert

□□: VFL Hüpstedt

□□: 484

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:47:35

□□: 9.31 km/h

□□□□: 6:24 min/km

□□□□□/□□□: 271 (of 456)

□□□□□/□: 245 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 14(of 30)

□□□□□□□: 2:11:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:28	5:53	10	3:31	201	6:57	3.30	19:28	5:53	18	-	140	6:53
Schlüsie	3.10	20:39	6:39	8	3:47	204	7:17	6.40	40:07	6:16	18	-	245	14:07
Hermannsklippe	2.60	19:11	7:22	8	3:59	216	7:38	9.00	59:18	6:35	18	-	245	21:38
Brocken	3.10	32:12	10:23	12	6:02	236	14:11	12.10	1:31:30	7:33	18	-	245	35:26
Eiserner Handwe	3.60	21:09	5:52	17	5:35	273	9:06	15.70	1:52:39	7:10	18	-	245	44:29
Schlüsie	4.10	19:59	4:52	17	4:56	264	9:01	19.80	2:12:38	6:41	18	-	245	53:30
Loddenke	3.10	16:36	5:21	17	3:53	272	7:12	22.90	2:29:14	6:31	18	-	245	1:00:42
Ilseburg/Markt	3.30	18:21	5:33	16	4:37	265	7:50	26.20	2:47:35	6:23	14	36:20	245	1:08:32