



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Franke, Uwe

□□: Sport Treud Braunschweig
 □□: 481

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:47:45

□□: 9.30 km/h
 □□□□: 6:24 min/km

□□□□□/□□□: 275 (of 456)

□□□□□/□: 248 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 39(of 63)

□□□□□□□: 2:02:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:05	6:05	40	5:17	243	7:34	3.30	20:05	6:05	8	-	248	7:30
Schlüsie	3.10	21:29	6:55	36	5:08	243	8:07	6.40	41:34	6:29	8	-	248	15:34
Hermannsklippe	2.60	19:50	7:37	36	5:33	247	8:17	9.00	1:01:24	6:49	8	-	248	23:44
Brocken	3.10	31:43	10:13	33	8:48	217	13:42	12.10	1:33:07	7:41	8	-	248	37:03
Eiserner Handwe	3.60	20:24	5:39	39	5:41	254	8:21	15.70	1:53:31	7:13	8	-	248	45:21
Schlüsie	4.10	19:47	4:49	37	6:03	256	8:49	19.80	2:13:18	6:43	8	-	248	54:10
Loddenke	3.10	16:19	5:15	38	4:34	256	6:55	22.90	2:29:37	6:32	8	-	248	1:01:05
Ilseburg/Markt	3.30	18:08	5:29	40	5:00	253	7:37	26.20	2:47:45	6:24	39	45:11	248	1:08:42