



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Vietinghoff, Hartwig

□□: Michendorf
 □□: 321

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:58:00

□□: 8.76 km/h
 □□□□: 6:47 min/km

□□□□□/□□□: 322 (of 456)

□□□□□/□: 286 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 71(of 99)

□□□□□□□: 2:00:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:52	6:55	89	8:40	360	10:21	3.30	22:52	6:55	5	0:44	286	10:17
Schlüsie	3.10	24:34	7:55	86	8:30	341	11:12	6.40	47:26	7:24	5	1:34	286	21:26
Hermannsklippe	2.60	20:53	8:01	69	6:38	289	9:20	9.00	1:08:19	7:35	5	1:43	286	30:39
Brocken	3.10	32:39	10:31	57	10:01	245	14:38	12.10	1:40:58	8:20	5	2:59	286	44:54
Eiserner Handwe	3.60	19:39	5:27	55	5:16	228	7:36	15.70	2:00:37	7:40	5	0:21	286	52:27
Schlüsie	4.10	22:20	5:26	77	8:20	324	11:22	19.80	2:22:57	7:13	5	3:03	286	1:03:49
Loddenke	3.10	16:15	5:14	60	5:06	250	6:51	22.90	2:39:12	6:57	5	4:33	286	1:10:40
Ilseburg/Markt	3.30	18:48	5:41	71	6:41	277	8:17	26.20	2:58:00	6:47	71	57:34	286	1:18:57