



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Benter, Christoph

□□: Göttingen

□□: 328

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:58:25

□□: 8.74 km/h

□□□□: 6:49 min/km

□□□□□/□□□: 327 (of 456)

□□□□□/□: 290 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 9(of 20)

□□□□□□□: 2:22:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:24	6:47	16	5:38	349	9:53	3.30	22:24	6:47	13	1:22	290	9:49
Schlüsie	3.10	24:34	7:55	14	5:36	341	11:12	6.40	46:58	7:20	13	2:23	290	20:58
Hermannsklippe	2.60	21:59	8:27	12	4:50	320	10:26	9.00	1:08:57	7:39	13	2:07	290	31:17
Brocken	3.10	31:52	10:16	6	3:54	227	13:51	12.10	1:40:49	8:19	13		290	44:45
Eiserner Handwe	3.60	21:44	6:02	9	5:11	294	9:41	15.70	2:02:33	7:48	13		290	54:23
Schlüsie	4.10	20:36	5:01	9	4:23	286	9:38	19.80	2:23:09	7:13	13		290	1:04:01
Loddenke	3.10	16:56	5:27	11	3:11	281	7:32	22.90	2:40:05	6:59	13		290	1:11:33
Ilseburg/Markt	3.30	18:20	5:33	7	2:53	264	7:49	26.20	2:58:25	6:48	9	35:36	290	1:19:22