



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Wilkens, Carsten

□□: Dasseler SC
 □□: 410

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 3:00:31

□□: 8.64 km/h
 □□□□: 6:53 min/km

□□□□□/□□□: 339 (of 456)

□□□□□/□: 300 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 49(of 55)

□□□□□□□: 1:50:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:16	6:26	51	7:53	303	8:45	3.30	21:16	6:26	22	3:01	300	8:41
Schlüsie	3.10	22:00	7:05	51	7:33	267	8:38	6.40	43:16	6:45	22	4:24	300	17:16
Hermannsklippe	2.60	20:33	7:54	49	7:33	276	9:00	9.00	1:03:49	7:05	22	6:14	300	26:09
Brocken	3.10	33:08	10:41	46	12:50	253	15:07	12.10	1:36:57	8:00	22	3:01	300	40:53
Eiserner Handwe	3.60	21:28	5:57	48	8:10	285	9:25	15.70	1:58:25	7:32	22	5:22	300	50:15
Schlüsie	4.10	21:14	5:10	50	8:52	296	10:16	19.80	2:19:39	7:03	22	7:57	300	1:00:31
Loddenke	3.10	19:19	6:13	51	8:47	347	9:55	22.90	2:38:58	6:56	22	12:17	300	1:10:26
Ilseburg/Markt	3.30	21:33	6:31	51	9:26	346	11:02	26.20	3:00:31	6:53	49	1:10:09	300	1:21:28