



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Mende, Oliver

□□: Hemmingen

□□: 102

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:09:59

□□: 8.27 km/h

□□□□: 7:15 min/km

□□□□□/□□□: 375 (of 456)

□□□□□/□: 328 (of 399)

□□□□□□: 1:39:03

□□□□□: 82(of 99)

□□□□□□□: 2:00:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:54	6:56	90	8:42	362	10:23	3.30	22:54	6:56	44	0:46	328	10:19
Schlüsie	3.10	24:44	7:58	87	8:40	352	11:22	6.40	47:38	7:26	44	1:46	328	21:38
Hermannsklippe	2.60	22:17	8:34	81	8:02	326	10:44	9.00	1:09:55	7:46	44	3:19	328	32:15
Brocken	3.10	36:32	11:47	81	13:54	323	18:31	12.10	1:46:27	8:47	44	8:28	328	50:23
Eiserner Handwe	3.60	22:36	6:16	78	8:13	314	10:33	15.70	2:09:03	8:13	44	8:47	328	1:00:53
Schlüsie	4.10	22:21	5:27	78	8:21	325	11:23	19.80	2:31:24	7:38	44	11:30	328	1:12:16
Loddenke	3.10	18:37	6:00	80	7:28	327	9:13	22.90	2:50:01	7:25	44	15:22	328	1:21:29
Ilseburg/Markt	3.30	19:58	6:03	80	7:51	309	9:27	26.20	3:09:59	7:15	82	1:09:33	328	1:30:56