



# 44. Brockenlauf

Ilsenburg / 06.09.2014

□□□□

Schmidt, Sigurd

□□: Köln

□□: 34

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:58:21

□□: 13.18 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 492)

□□□□□/□: 11 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 1(of 98)

□□□□□□□: 1:58:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:32	4:24	4	0:18	19	2:40	3.30	14:32	4:24	74	-	7	
Schlüsie	3.10	15:52	5:07	2	0:13	10	2:54	6.40	30:24	4:44	86	-	11	5:34
Hermannsklippe	2.60	14:30	5:34	3	0:39	19	2:59	9.00	44:54	4:59	86	-	11	8:33
Brocken	3.10	22:38	7:18	2	1:18	14	4:48	12.10	1:07:32	5:34	86	-	11	13:21
Eiserner Handwe	3.60	14:00	3:53	1	-	11	1:58	15.70	1:21:32	5:11	86	-	11	15:19
Schlüsie	4.10	13:22	3:15	1	-	12	1:52	19.80	1:34:54	4:47	86	-	11	17:11
Loddenke	3.10	11:15	3:37	1	-	9	1:25	22.90	1:46:09	4:38	86	-	11	18:36
Ilsenburg/Markt	3.30	12:12	3:41	1	-	9	3:40	26.20	1:58:21	4:31	1	-	11	19:48