



44. Brockenlauf  
Ilsenburg / 06.09.2014

□□□□

Pollmann, Josef

□□: LAC Hochsauerland

□□: 964

□□: 9.60 km

9,6 km - Wanderung

□□□□:

Männer

□□□: 1:50:41

□□: 4.88 km/h

□□□□: 11:32 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 18)

□□□□□/□: 7 (of 7)

□□□□□□: 1:10:35

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 1:10:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□     | □□□   | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|---------|-------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein       | 4.10     | 43:04    | 10:30        | 6       | 7:03    | 6       | 7:03    | 4.10 | 43:04   | 10:30 | 5       | 5:59    | 5       | 5:59    |
| Loddenke        | 2.20     | 21:05    | 9:34         | 7       | 8:40    | 7       | 8:40    | 6.30 | 1:04:09 | 10:10 | 5       | 14:39   | 5       | 14:39   |
| Ilsenburg/Markt | 3.30     | 46:32    | 14:06        | 7       | 25:27   | 7       | 25:27   | 9.60 | 1:50:41 | 11:31 | 7       | 40:06   | 7       | 40:06   |