



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Ohlhorst, Frank

□□: Team Erdinger Alkoholfrei
 □□: 198

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:18:30

□□: 11.26 km/h
 □□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 492)

□□□□□/□: 63 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 4(of 62)

□□□□□□□: 2:03:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:44	5:04	6	1:34	74	4:52	3.30	16:44	5:04	35	-	64	
Schlüsie	3.10	18:37	6:00	11	2:15	86	5:39	6.40	35:21	5:31	35	-	47	10:31
Hermannsklippe	2.60	17:23	6:41	16	3:02	121	5:52	9.00	52:44	5:51	35	-	63	16:23
Brocken	3.10	27:45	8:57	12	3:35	111	9:55	12.10	1:20:29	6:39	35	-	63	26:18
Eiserner Handwe	3.60	15:51	4:24	2	1:01	44	3:49	15.70	1:36:20	6:08	35	-	63	30:07
Schlüsie	4.10	15:37	3:48	4	1:34	51	4:07	19.80	1:51:57	5:39	35	-	63	34:14
Loddenke	3.10	12:27	4:00	3	0:38	37	2:37	22.90	2:04:24	5:25	35	-	63	36:51
Ilseburg/Markt	3.30	14:06	4:16	5	1:26	44	5:34	26.20	2:18:30	5:17	4	14:43	63	39:57