



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Jacob, Heiko

□□: Maschseesharks
 □□: 137

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:32:15

□□: 10.25 km/h
 □□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□: 158 (of 492)

□□□□□/□: 146 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 26(of 67)

□□□□□□□: 1:51:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:59	5:26	25	4:16	126	6:07	3.30	17:59	5:26	60	-	117	
Schlüsie	3.10	20:27	6:35	35	5:45	196	7:29	6.40	38:26	6:00	60	-	148	13:36
Hermannsklippe	2.60	18:59	7:18	41	6:14	225	7:28	9.00	57:25	6:22	60	-	148	21:04
Brocken	3.10	31:08	10:02	42	11:04	242	13:18	12.10	1:28:33	7:19	60	1:25	148	34:22
Eiserner Handwe	3.60	16:34	4:36	10	3:11	71	4:32	15.70	1:45:07	6:41	60	-	148	38:54
Schlüsie	4.10	16:09	3:56	13	3:11	75	4:39	19.80	2:01:16	6:07	60	-	148	43:33
Loddenke	3.10	14:19	4:37	27	3:33	148	4:29	22.90	2:15:35	5:55	60	-	148	48:02
Ilseburg/Markt	3.30	16:40	5:03	37	4:43	214	8:08	26.20	2:32:15	5:48	26	40:52	151	53:42