



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Bardehle, Lutz

□□: VfB Salzkotten
 □□: 297

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:36:08

□□: 9.99 km/h
 □□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 198 (of 492)

□□□□□/□: 179 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 43(of 98)

□□□□□□□: 1:58:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:53	5:43	46	4:39	183	7:01	3.30	18:53	5:43	80	-	133	
Schlüsie	3.10	19:58	6:26	40	4:19	165	7:00	6.40	38:51	6:04	79	-	183	14:01
Hermannsklippe	2.60	18:57	7:17	55	5:06	223	7:26	9.00	57:48	6:25	79	-	141	21:27
Brocken	3.10	31:08	10:02	57	9:48	242	13:18	12.10	1:28:56	7:20	79	-	183	34:45
Eiserner Handwe	3.60	18:18	5:04	43	4:18	171	6:16	15.70	1:47:14	6:49	79	-	183	41:01
Schlüsie	4.10	18:04	4:24	41	4:42	187	6:34	19.80	2:05:18	6:19	79	-	183	47:35
Loddenke	3.10	14:35	4:42	38	3:20	165	4:45	22.90	2:19:53	6:06	79	-	183	52:20
Ilseburg/Markt	3.30	16:15	4:55	43	4:03	183	7:43	26.20	2:36:08	5:57	45	37:47	186	57:35