



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Böker, Karl-Heinz

□□: Hardegsen

□□: 276

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:36:27

□□: 9.97 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 201 (of 492)

□□□□□/□: 182 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 26(of 62)

□□□□□□□: 2:03:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:03	5:46	29	3:53	197	7:11	3.30	19:03	5:46	58	-	169	-
Schlüsie	3.10	19:44	6:21	19	3:22	156	6:46	6.40	38:47	6:03	58	-	186	13:57
Hermannsklippe	2.60	17:47	6:50	20	3:26	142	6:16	9.00	56:34	6:17	58	-	168	20:13
Brocken	3.10	31:00	10:00	36	6:50	235	13:10	12.10	1:27:34	7:14	58	-	186	33:23
Eiserner Handwe	3.60	19:08	5:18	34	4:18	216	7:06	15.70	1:46:42	6:47	58	-	186	40:29
Schlüsie	4.10	18:04	4:24	29	4:01	187	6:34	19.80	2:04:46	6:18	58	-	186	47:03
Loddenke	3.10	15:05	4:51	34	3:16	210	5:15	22.90	2:19:51	6:06	58	-	186	52:18
Ilseburg/Markt	3.30	16:36	5:01	34	3:56	210	8:04	26.20	2:36:27	5:58	28	32:40	189	57:54