



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Brüggensmeier, Horst

□□: Blomberger Nelkenläufer
 □□: 277

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:38:10

□□: 9.86 km/h
 □□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□: 219 (of 492)

□□□□□/□: 199 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 6(of 24)

□□□□□□□: 2:19:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:45	5:59	7	3:19	253	7:53	3.30	19:45	5:59	20	-	204	0:09
Schlüsie	3.10	20:34	6:38	5	2:14	205	7:36	6.40	40:19	6:17	20	-	203	15:29
Hermannsklippe	2.60	18:36	7:09	5	2:06	198	7:05	9.00	58:55	6:32	20	-	203	22:34
Brocken	3.10	31:05	10:01	8	3:32	240	13:15	12.10	1:30:00	7:26	20	-	203	35:49
Eiserner Handwe	3.60	18:55	5:15	9	2:00	204	6:53	15.70	1:48:55	6:56	20	-	203	42:42
Schlüsie	4.10	18:57	4:37	10	2:37	235	7:27	19.80	2:07:52	6:27	20	-	203	50:09
Loddenke	3.10	14:38	4:43	7	1:26	171	4:48	22.90	2:22:30	6:13	20	-	203	54:57
Ilseburg/Markt	3.30	15:40	4:44	5	7:08	139	7:08	26.20	2:38:10	6:02	6	18:27	206	59:37