



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Gut, Norbert

□□: Alfeld

□□: 413

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:38:30

□□: 9.84 km/h

□□□□: 6:03 min/km

□□□□□/□□□: 224 (of 492)

□□□□□/□: 203 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 37(of 67)

□□□□□□□: 1:51:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:18	5:50	40	5:35	223	7:26	3.30	19:18	5:50	15		208	
Schlüsie	3.10	21:19	6:52	47	6:37	263	8:21	6.40	40:37	6:20	15		207	15:47
Hermannsklippe	2.60	19:09	7:21	46	6:24	238	7:38	9.00	59:46	6:38	15	0:36	207	23:25
Brocken	3.10	31:06	10:01	41	11:02	241	13:16	12.10	1:30:52	7:30	15	3:44	189	36:41
Eiserner Handwe	3.60	17:47	4:56	25	4:24	141	5:45	15.70	1:48:39	6:55	15	1:13	207	42:26
Schlüsie	4.10	17:59	4:23	34	5:01	179	6:29	19.80	2:06:38	6:23	15	0:07	207	48:55
Loddenke	3.10	15:05	4:51	40	4:19	210	5:15	22.90	2:21:43	6:11	15		207	54:10
Ilseburg/Markt	3.30	16:47	5:05	38	4:50	220	8:15	26.20	2:38:30	6:02	37	47:07	210	59:57