



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Arnold, Gerd

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 294

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:52:09

□□: 9.13 km/h

□□□□: 6:34 min/km

□□□□□/□□□: 342 (of 492)

□□□□□/□: 298 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 25(of 47)

□□□□□□□: 2:12:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:12	6:07	27	4:18	278	8:20	3.30	20:12	6:07	4	-	251	0:36
Schlüsie	3.10	21:57	7:04	28	4:29	294	8:59	6.40	42:09	6:35	4	-	271	17:19
Hermannsklippe	2.60	20:02	7:42	25	4:15	283	8:31	9.00	1:02:11	6:54	4	-	285	25:50
Brocken	3.10	30:48	9:56	18	5:41	225	12:58	12.10	1:32:59	7:41	4	-	305	38:48
Eiserner Handwe	3.60	21:51	6:04	34	6:44	336	9:49	15.70	1:54:50	7:18	4	-	305	48:37
Schlüsie	4.10	21:29	5:14	36	7:06	347	9:59	19.80	2:16:19	6:53	4	-	305	58:36
Loddenke	3.10	16:49	5:25	28	4:40	322	6:59	22.90	2:33:08	6:41	4	-	291	1:05:35
Ilseburg/Markt	3.30	19:01	5:45	31	5:07	323	10:29	26.20	2:52:09	6:34	27	39:29	309	1:13:36