



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Lührs, Sven

□□: ALLCURA Runners

□□: 8

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 3:04:49

□□: 8.44 km/h

□□□□: 7:03 min/km

□□□□□/□□□: 415 (of 492)

□□□□□/□: 353 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 60(of 67)

□□□□□□□: 1:51:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:44	6:16	52	7:01	302	8:52	3.30	20:44	6:16	25	0:14	304	1:08	
Schlüsie	3.10	23:00	7:25	58	8:18	336	10:02	6.40	43:44	6:49	25	2:42	360	18:54	
Hermannsklippe	2.60	23:09	8:54	63	10:24	376	11:38	9.00	1:06:53	7:25	25	7:43	360	30:32	
Brocken	3.10	35:02	11:18	56	14:58	345	17:12	12.10	1:41:55	8:25	25	14:47	360	47:44	
Eiserner Handwe	3.60	21:13	5:53	54	7:50	309	9:11	15.70	2:03:08	7:50	25	15:42	360	56:55	
Schlüsie	4.10	21:05	5:08	58	8:07	333	9:35	19.80	2:24:13	7:17	25	17:42	360	1:06:30	
Loddenke	3.10	19:41	6:20	63	8:55	382	9:51	22.90	2:43:54	7:09	25	22:01	360	1:16:21	
Ilseburg/Markt	3.30	20:55	6:20	61	8:58	367	12:23	26.20	3:04:49	7:03	61	1:13:26	364	1:26:16	