



44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Gerl, David

□□: Düsseldorf
 □□: 105

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 3:20:05

□□: 7.80 km/h
 □□□□: 7:38 min/km

□□□□□/□□□: 455 (of 492)

□□□□□/□: 379 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 35(of 36)

□□□□□□□: 1:53:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:50	6:36	31	7:30	357	9:58	3.30	21:50	6:36	17	0:58	380	2:14	
Schlüsie	3.10	25:02	8:04	36	9:06	388	12:04	6.40	46:52	7:19	17	4:28	387	22:02	
Hermannsklippe	2.60	23:16	8:56	36	9:47	380	11:45	9.00	1:10:08	7:47	16	8:25	380	33:47	
Brocken	3.10	37:49	12:11	35	16:34	386	19:59	12.10	1:47:57	8:55	17	15:22	387	53:46	
Eiserner Handwe	3.60	23:22	6:29	36	10:10	383	11:20	15.70	2:11:19	8:21	17	19:07	387	1:05:06	
Schlüsie	4.10	24:07	5:52	35	11:25	390	12:37	19.80	2:35:26	7:51	17	24:17	387	1:17:43	
Loddenke	3.10	20:43	6:40	36	10:19	392	10:53	22.90	2:56:09	7:41	17	28:55	387	1:28:36	
Ilseburg/Markt	3.30	23:56	7:15	36	12:31	397	15:24	26.20	3:20:05	7:38	36	1:26:48	390	1:41:32	