



# 44. Brockenlauf

Ilseburg / 06.09.2014

□□□□

Joppe, Holger

□□: TSV Hilwartshausen  
 □□: 158

□□: 26.20 km  
 26,2 km - Lauf

□□□□:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:27:07

□□: 10.60 km/h  
 □□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 124 (of 492)

□□□□□/□: 118 (of 415)

□□□□□□: 1:38:33

□□□□□: 30(of 98)

□□□□□□□: 1:58:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:09	5:48	51	4:55	212	7:17	3.30	19:09	5:48	27		414	
Schlüsie	3.10	18:25	5:56	20	2:46	79	5:27	6.40	37:34	5:52	27		115	12:44
Hermannsklippe	2.60	16:50	6:28	25	2:59	93	5:19	9.00	54:24	6:02	27		413	18:03
Brocken	3.10	28:31	9:11	30	7:11	138	10:41	12.10	1:22:55	6:51	27		413	28:44
Eiserner Handwe	3.60	18:49	5:13	50	4:49	198	6:47	15.70	1:41:44	6:28	27		413	35:31
Schlüsie	4.10	17:00	4:08	30	3:38	126	5:30	19.80	1:58:44	5:59	27		413	41:01
Loddenke	3.10	12:10	3:55	4	0:55	23	2:20	22.90	2:10:54	5:42	27		413	43:21
Ilseburg/Markt	3.30	16:13	4:54	42	4:01	178	7:41	26.20	2:27:07	5:36	30	28:46	118	48:34