



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Friese, Jörg

□□: VLG 1991 Magdeburg

□□: 450

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:13:53

□□: 11.65 km/h

□□□□□/□□□: 70 (of 532)

□□□□□/□: 67 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 8(of 78)

□□□□□□□: 2:00:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:25	11.68	5	0:31	34	3:39	3.30	15:25	11.68	5	0:31	34	3:39
Schlüsie	3.10	17:25	10.33	6	1:06	48	4:30	6.40	32:50	10.96	6	1:37	43	8:09
Hermannsklippe	2.60	15:15	7.87	6	1:02	53	4:00	9.00	48:05	11.23	6	2:35	42	12:09
Brocken	3.10	25:02	7.19	9	2:54	69	7:50	12.10	1:13:07	9.85	6	5:29	49	19:59
Eiserner Handwe	3.60	15:25	11.68	7	1:10	57	3:48	15.70	1:28:32	10.17	6	6:26	48	23:47
Schlüsie	4.10	16:27	14.59	24	2:56	145	5:01	19.80	1:44:59	10.86	6	8:50	55	28:48
Loddenke	3.10	14:04	12.80	34	2:33	182	4:27	22.90	1:59:03	11.09	6	11:23	62	33:15
Ilseburg/Markt	3.30	14:50	12.13	29	2:07	133	4:23	26.20	2:13:53	11.65	8	13:30	67	37:38