



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Plagge, Bernd

□□: Namban Rengo

□□: 56

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:18:37

□□: 11.25 km/h

□□□□□/□□□: 96 (of 532)

□□□□□/□: 93 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 4(of 50)

□□□□□□□: 2:08:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:29	10.92	1	-	60	4:43	3.30	16:29	10.92	1	-	60	4:43
Schlüsie	3.10	17:45	10.14	2	0:26	57	4:50	6.40	34:14	10.52	1	-	59	9:33
Hermannsklippe	2.60	15:53	7.56	3	1:01	81	4:38	9.00	50:07	10.77	2	0:13	60	14:11
Brocken	3.10	27:08	6.63	8	3:14	138	9:56	12.10	1:17:15	9.32	3	3:27	79	24:07
Eiserner Handwe	3.60	16:27	10.94	4	1:00	98	4:50	15.70	1:33:42	9.61	3	4:27	81	28:57
Schlüsie	4.10	16:00	15.00	5	1:45	108	4:34	19.80	1:49:42	10.39	3	6:12	81	33:31
Loddenke	3.10	13:35	13.25	9	1:45	139	3:58	22.90	2:03:17	10.71	3	7:57	84	37:29
Ilseburg/Markt	3.30	15:20	11.74	9	2:09	162	4:53	26.20	2:18:37	11.25	4	10:06	93	42:22