



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Lange, Andreas

□□: Hildesheim
 □□: 331

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:19:37

□□: 11.17 km/h

□□□□□/□□□: 102 (of 532)

□□□□□/□: 99 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 21(of 59)

□□□□□□□: 1:45:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:35	10.24	19	4:29	95	5:49	3.30	17:35	10.24	19	4:29	95	5:49
Schlüsie	3.10	18:40	9.64	18	4:17	95	5:45	6.40	36:15	9.93	18	8:34	88	11:34
Hermannsklippe	2.60	15:44	7.63	14	3:14	73	4:29	9.00	51:59	10.39	17	11:35	84	16:03
Brocken	3.10	27:18	6.59	23	7:28	144	10:06	12.10	1:19:17	9.08	20	19:03	100	26:09
Eiserner Handwe	3.60	16:38	10.82	20	4:23	109	5:01	15.70	1:35:55	9.38	20	23:26	97	31:10
Schlüsie	4.10	15:35	15.40	19	3:41	88	4:09	19.80	1:51:30	10.22	19	27:07	97	35:19
Loddenke	3.10	13:21	13.48	25	3:13	124	3:44	22.90	2:04:51	10.57	20	30:20	98	39:03
Ilseburg/Markt	3.30	14:46	12.19	24	3:46	125	4:19	26.20	2:19:37	11.17	21	34:06	99	43:22