



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Meisel, Ralph

□□: Schwerin
 □□: 453

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:23:03

□□: 10.91 km/h

□□□□□/□□□: 134 (of 532)

□□□□□/□: 131 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 8(of 50)

□□□□□□□: 2:08:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:58	10.02	6	1:29	110	6:12	3.30	17:58	10.02	6	1:29	110	6:12
Schlüsie	3.10	19:23	9.29	7	2:04	139	6:28	6.40	37:21	9.64	6	3:07	116	12:40
Hermannsklippe	2.60	16:41	7.19	7	1:49	127	5:26	9.00	54:02	9.99	7	4:08	116	18:06
Brocken	3.10	27:29	6.55	10	3:35	156	10:17	12.10	1:21:31	8.83	8	7:43	133	28:23
Eiserner Handwe	3.60	16:33	10.88	5	1:06	106	4:56	15.70	1:38:04	9.18	8	8:49	125	33:19
Schlüsie	4.10	16:10	14.85	7	1:55	121	4:44	19.80	1:54:14	9.98	7	10:44	123	38:03
Loddenke	3.10	13:16	13.57	5	1:26	116	3:39	22.90	2:07:30	10.35	7	12:10	121	41:42
Ilseburg/Markt	3.30	15:33	11.58	13	2:22	183	5:06	26.20	2:23:03	10.91	8	14:32	131	46:48