



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Franzke, Jan

□□: TG Wehlheiden Kassel
 □□: 557

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:30:03

□□: 10.40 km/h

□□□□□/□□□: 201 (of 532)

□□□□□/□: 192 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 34(of 91)

□□□□□□□: 1:55:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:44	9.61	34	4:37	178	6:58	3.30	18:44	9.61	34	4:37	178	6:58
Schlüsie	3.10	20:14	8.90	38	4:28	214	7:19	6.40	38:58	9.24	34	9:05	187	14:17
Hermannsklippe	2.60	18:11	6.60	45	4:20	233	6:56	9.00	57:09	9.45	36	13:25	197	21:13
Brocken	3.10	29:25	6.12	46	8:34	228	12:13	12.10	1:26:34	8.32	40	21:56	211	33:26
Eiserner Handwe	3.60	16:55	10.64	21	3:26	129	5:18	15.70	1:43:29	8.70	35	25:22	192	38:44
Schlüsie	4.10	16:47	14.30	28	3:40	160	5:21	19.80	2:00:16	9.48	33	28:30	192	44:05
Loddenke	3.10	14:26	12.47	39	3:52	209	4:49	22.90	2:14:42	9.80	33	31:45	194	48:54
Ilseburg/Markt	3.30	15:21	11.73	33	3:24	165	4:54	26.20	2:30:03	10.40	34	34:51	192	53:48