



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Mock, Ralf

□□: TuS Hasede
□□: 310

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:30:48

□□: 10.42 km/h

□□□□□/□□□: 210 (of 532)

□□□□□/□: 198 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 37(of 78)

□□□□□□□: 2:00:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:45	10.03	42	4:51	255	7:59	3.30	19:45	10.03	42	4:51	255	7:59
Schlüsie	3.10	20:19	9.16	37	4:00	221	7:24	6.40	40:04	9.58	38	8:51	237	15:23
Hermannsklippe	2.60	17:28	8.93	34	3:15	178	6:13	9.00	57:32	9.39	37	12:02	211	21:36
Brocken	3.10	26:38	6.98	23	4:30	119	9:26	12.10	1:24:10	8.63	31	16:32	173	31:02
Eiserner Handwe	3.60	18:08	11.91	34	3:53	204	6:31	15.70	1:42:18	9.21	33	20:12	177	37:33
Schlüsie	4.10	17:21	14.18	33	3:50	197	5:55	19.80	1:59:39	9.93	35	23:30	187	43:28
Loddenke	3.10	14:46	12.60	40	3:15	233	5:09	22.90	2:14:25	10.22	35	26:45	191	48:37
Ilseburg/Markt	3.30	16:23	12.09	45	3:40	253	5:56	26.20	2:30:48	10.42	37	30:25	198	54:33