



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Hünecke, Ralf

□□: Loburg

□□: 220

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:35:55

□□: 10.01 km/h

□□□□□/□□□: 249 (of 532)

□□□□□/□: 233 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 47(of 91)

□□□□□□□: 1:55:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:34	9.69	30	4:27	159	6:48	3.30	18:34	9.69	30	4:27	159	6:48
Schlüsie	3.10	20:14	8.90	38	4:28	214	7:19	6.40	38:48	9.28	32	8:55	177	14:07
Hermannsklippe	2.60	17:31	6.85	33	3:40	182	6:16	9.00	56:19	9.59	32	12:35	178	20:23
Brocken	3.10	29:17	6.15	43	8:26	220	12:05	12.10	1:25:36	8.41	36	20:58	194	32:28
Eiserner Handwe	3.60	19:24	9.28	54	5:55	273	7:47	15.70	1:45:00	8.57	43	26:53	213	40:15
Schlüsie	4.10	20:36	11.65	70	7:29	354	9:10	19.80	2:05:36	9.08	50	33:50	241	49:25
Loddenke	3.10	15:02	11.97	47	4:28	251	5:25	22.90	2:20:38	9.39	50	37:41	241	54:50
Ilseburg/Markt	3.30	15:17	11.78	31	3:20	159	4:50	26.20	2:35:55	10.01	47	40:43	233	59:40