



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Pruess, Heino

□□: Negernbötel

□□: 298

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:43:17

□□: 9.55 km/h

□□□□□/□□□: 307 (of 532)

□□□□□/□: 282 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 48(of 78)

□□□□□□□: 2:00:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:29	8.38	70	6:35	381	9:43	3.30	21:29	8.38	70	6:35	381	9:43
Schlüsie	3.10	20:59	8.58	44	4:40	265	8:04	6.40	42:28	8.48	53	11:15	321	17:47
Hermannsklippe	2.60	17:59	6.67	42	3:46	219	6:44	9.00	1:00:27	8.93	46	14:57	286	24:31
Brocken	3.10	29:27	6.11	43	7:19	230	12:15	12.10	1:29:54	8.01	45	22:16	265	36:46
Eiserner Handwe	3.60	19:50	9.08	50	5:35	294	8:13	15.70	1:49:44	8.20	45	27:38	267	44:59
Schlüsie	4.10	19:57	12.03	55	6:26	329	8:31	19.80	2:09:41	8.79	45	33:32	278	53:30
Loddenke	3.10	16:15	11.08	61	4:44	337	6:38	22.90	2:25:56	9.05	45	38:16	279	1:00:08
Ilseburg/Markt	3.30	17:21	10.37	57	4:38	321	6:54	26.20	2:43:17	9.55	48	42:54	282	1:07:02