



45. Brockenlauf

Ilseburg / 05.09.2015

□□□□

Gehring, Bernd

□□: Emsdetten
 □□: 321

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:51:26

□□: 9.17 km/h

□□□□□/□□□: 392 (of 532)

□□□□□/□: 352 (of 452)

□□□□□□: 1:36:15

□□□□□: 62(of 78)

□□□□□□□: 2:00:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:34	9.63	50	5:40	315	8:48	3.30	20:34	9.63	50	5:40	315	8:48
Schlüsie	3.10	22:23	8.31	60	6:04	350	9:28	6.40	42:57	8.94	59	11:44	344	18:16
Hermannsklippe	2.60	20:19	7.68	63	6:06	370	9:04	9.00	1:03:16	8.54	61	17:46	354	27:20
Brocken	3.10	34:11	5.44	68	12:03	397	16:59	12.10	1:37:27	7.45	66	29:49	374	44:19
Eiserner Handwe	3.60	20:37	10.48	59	6:22	333	9:00	15.70	1:58:04	7.98	64	35:58	366	53:19
Schlüsie	4.10	20:55	11.76	63	7:24	364	9:29	19.80	2:18:59	8.55	64	42:50	363	1:02:48
Loddenke	3.10	16:00	11.63	57	4:29	323	6:23	22.90	2:34:59	8.87	64	47:19	360	1:09:11
Ilseburg/Markt	3.30	16:27	12.04	46	3:44	259	6:00	26.20	2:51:26	9.17	62	51:03	352	1:15:11