



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Hesse, Jörn

□□: Delligser SC

□□: 13

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:54:51

□□: 13.58 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 529)

□□□□□/□: 4 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 1(of 59)

□□□□□□□: 1:54:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:07	4:16	2	0:07	8	4:30	3.30	14:07	4:16	2	0:07	8	4:30	
Schlüsie	3.10	16:10	5:12	2	0:01	7	2:20	6.40	30:17	4:43	2	0:08	7	4:13	
Hermannsklippe	2.60	13:41	5:15	1	-	7	2:00	9.00	43:58	4:53	1	-	7	6:08	
Brocken	3.10	21:13	6:50	3	0:47	7	2:58	12.10	1:05:11	5:23	1	-	7	9:06	
Eiserner Handwe	3.60	13:21	3:42	1	-	3	0:51	15.70	1:18:32	5:00	1	-	5	9:57	
Schlüsie	4.10	12:41	3:05	1	-	3	0:17	19.80	1:31:13	4:36	1	-	4	10:12	
Loddenke	3.10	fehlt!	-	-	-	-	-	22.90	-	-	-	-	-	-	
Ilseburg/Markt	3.30	23:38	7:09	57	11:30	417	15:20	26.20	1:54:51	4:23	1	-	4	15:12	