



# 46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

## Brandt, Tewes

□□: Delligser SC

□□: 288

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:57:42

□□: 13.25 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 529)

□□□□□/□: 8 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 1(of 75)

□□□□□□□: 1:57:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:27	4:22	1	-	11	4:50	3.30	14:27	4:22	1	-	11	4:50	
Schlüsie	3.10	15:50	5:06	1	-	3	2:00	6.40	30:17	4:43	1	-	7	4:13	
Hermannsklippe	2.60	13:30	5:11	1	-	4	1:49	9.00	43:47	4:51	1	-	6	5:57	
Brocken	3.10	21:16	6:51	1	-	9	3:01	12.10	1:05:03	5:22	1	-	6	8:58	
Eiserner Handwe	3.60	13:29	3:44	1	-	5	0:59	15.70	1:18:32	5:00	1	-	5	9:57	
Schlüsie	4.10	12:57	3:09	1	-	4	0:33	19.80	1:31:29	4:37	1	-	5	10:28	
Loddenke	3.10	11:58	3:51	3	0:46	21	1:38	22.90	1:43:27	4:31	1	-	7	12:06	
Ilseburg/Markt	3.30	14:15	4:19	13	1:35	59	5:57	26.20	1:57:42	4:29	1	-	8	18:03	