



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Lehniger, Tino

□□: Tangermünde

□□: 393

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:06:20

□□: 12.35 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 529)

□□□□□/□: 23 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 5(of 59)

□□□□□□□: 1:54:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:01	4:51	9	2:01	41	6:24	3.30	16:01	4:51	9	2:01	41	6:24	
Schlüsie	3.10	17:38	5:41	5	1:29	24	3:48	6.40	33:39	5:15	5	3:30	25	7:35	
Hermannsklippe	2.60	14:37	5:37	5	0:56	19	2:56	9.00	48:16	5:21	5	4:18	23	10:26	
Brocken	3.10	22:20	7:12	4	1:54	14	4:05	12.10	1:10:36	5:50	5	5:25	23	14:31	
Eiserner Handwe	3.60	14:39	4:04	5	1:18	19	2:09	15.70	1:25:15	5:25	5	6:43	23	16:40	
Schlüsie	4.10	14:45	3:35	5	2:04	28	2:21	19.80	1:40:00	5:03	5	8:47	23	18:59	
Loddenke	3.10	12:38	4:04	9	1:51	38	2:18	22.90	1:52:38	4:55	4	9:13	23	21:17	
Ilseburg/Markt	3.30	13:42	4:09	6	1:34	29	5:24	26.20	2:06:20	4:49	5	11:29	23	26:41	