



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Ulrich, Kai-Uwe

□□: MSV Meusegast

□□: 414

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:12:55

□□: 11.74 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 38 (of 529)

□□□□□/□: 36 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 5(of 85)

□□□□□□□: 1:59:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:22	4:57	5	1:45	48	6:45	3.30	16:22	4:57	5	1:45	48	6:45	
Schlüsie	3.10	18:43	6:02	9	2:06	52	4:53	6.40	35:05	5:28	6	3:51	49	9:01	
Hermannsklippe	2.60	15:43	6:02	5	1:28	39	4:02	9.00	50:48	5:38	4	5:19	41	12:58	
Brocken	3.10	24:48	8:00	6	2:04	34	6:33	12.10	1:15:36	6:14	5	7:14	36	19:31	
Eiserner Handwe	3.60	16:03	4:27	10	1:28	58	3:33	15.70	1:31:39	5:50	4	8:42	37	23:04	
Schlüsie	4.10	15:16	3:43	8	1:25	45	2:52	19.80	1:46:55	5:23	5	10:07	37	25:54	
Loddenke	3.10	12:34	4:03	8	1:34	36	2:14	22.90	1:59:29	5:13	5	11:41	36	28:08	
Ilseburg/Markt	3.30	13:26	4:04	6	1:33	23	5:08	26.20	2:12:55	5:04	5	13:14	36	33:16	