



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Schmidt, Sebastian

□□: Clausthal-Zellerfeld
 □□: 370

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:21:42

□□: 11.01 km/h
 □□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 529)

□□□□□/□: 78 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 11(of 30)

□□□□□□□: 1:39:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:49	5:23	14	8:12	126	8:12	3.30	17:49	5:23	14	8:12	126	8:12
Schlüsie	3.10	19:40	6:20	11	3:46	96	5:50	6.40	37:29	5:51	11	11:20	105	11:25
Hermannsklippe	2.60	16:44	6:26	12	5:03	89	5:03	9.00	54:13	6:01	11	16:23	99	16:23
Brocken	3.10	28:19	9:08	15	10:04	134	10:04	12.10	1:22:32	6:49	13	26:27	104	26:27
Eiserner Handwe	3.60	15:38	4:20	7	3:08	41	3:08	15.70	1:38:10	6:15	11	29:35	87	29:35
Schlüsie	4.10	15:33	3:47	7	3:07	56	3:09	19.80	1:53:43	5:44	11	32:42	80	32:42
Loddenke	3.10	12:48	4:07	6	2:28	49	2:28	22.90	2:06:31	5:31	11	35:10	77	35:10
Ilseburg/Markt	3.30	15:11	4:36	11	6:53	113	6:53	26.20	2:21:42	5:24	11	42:03	78	42:03