



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Jermis, Dieter

□□: Hameln
□□: 331

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:24:15

□□: 10.81 km/h
□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 102 (of 529)

□□□□□/□: 97 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 2(of 29)

□□□□□□□: 2:22:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:29	5:17	2	0:25	105	7:52	3.30	17:29	5:17	2	0:25	105	7:52	
Schlüsie	3.10	20:35	6:38	4	1:02	129	6:45	6.40	38:04	5:56	2	1:27	118	12:00	
Hermannsklippe	2.60	17:38	6:46	3	0:25	154	5:57	9.00	55:42	6:11	2	1:52	117	17:52	
Brocken	3.10	27:05	8:44	1	-	96	8:50	12.10	1:22:47	6:50	2	1:22	106	26:42	
Eiserner Handwe	3.60	17:16	4:47	5	0:51	132	4:46	15.70	1:40:03	6:22	2	1:29	111	31:28	
Schlüsie	4.10	16:16	3:58	3	0:23	91	3:52	19.80	1:56:19	5:52	2	1:52	102	35:18	
Loddenke	3.10	13:07	4:13	1	-	71	2:47	22.90	2:09:26	5:39	2	1:42	96	38:05	
Ilseburg/Markt	3.30	14:49	4:29	1	-	85	6:31	26.20	2:24:15	5:30	2	1:30	97	44:36	