



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Schonsky, Roy

□□: Fettleibige ballenstedter
 □□: 563

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:24:30

□□: 10.80 km/h
 □□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 529)

□□□□□/□: 98 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 19(of 85)

□□□□□□□: 1:59:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:17	5:32	30	3:40	154	8:40	3.30	18:17	5:32	30	3:40	154	8:40
Schlüsie	3.10	20:30	6:36	24	3:53	123	6:40	6.40	38:47	6:03	25	7:33	135	12:43
Hermannsklippe	2.60	17:06	6:34	25	2:51	108	5:25	9.00	55:53	6:12	23	10:24	120	18:03
Brocken	3.10	28:57	9:20	29	6:13	162	10:42	12.10	1:24:50	7:00	25	16:28	135	28:45
Eiserner Handwe	3.60	16:03	4:27	10	1:28	58	3:33	15.70	1:40:53	6:25	21	17:56	119	32:18
Schlüsie	4.10	15:35	3:48	11	1:44	58	3:11	19.80	1:56:28	5:52	20	19:40	104	35:27
Loddenke	3.10	13:01	4:11	15	2:01	64	2:41	22.90	2:09:29	5:39	19	21:41	97	38:08
Ilseburg/Markt	3.30	15:01	4:33	19	3:08	97	6:43	26.20	2:24:30	5:30	19	24:49	98	44:51