



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Messerschmidt, Michael

□□: Delligser SC

□□: 279

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:25:25

□□: 10.73 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 110 (of 529)

□□□□□/□: 105 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 22(of 85)

□□□□□□□: 1:59:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:27	5:35	31	3:50	162	8:50	3.30	18:27	5:35	31	3:50	162	8:50	
Schlüsie	3.10	20:23	6:34	23	3:46	118	6:33	6.40	38:50	6:04	26	7:36	137	12:46	
Hermannsklippe	2.60	17:13	6:37	26	2:58	119	5:32	9.00	56:03	6:13	24	10:34	124	18:13	
Brocken	3.10	27:05	8:44	21	4:21	96	8:50	12.10	1:23:08	6:52	23	14:46	109	27:03	
Eiserner Handwe	3.60	18:04	5:01	39	3:29	179	5:34	15.70	1:41:12	6:26	22	18:15	121	32:37	
Schlüsie	4.10	17:24	4:14	30	3:33	161	5:00	19.80	1:58:36	5:59	24	21:48	130	37:35	
Loddenke	3.10	12:46	4:07	10	1:46	44	2:26	22.90	2:11:22	5:44	23	23:34	116	40:01	
Ilseburg/Markt	3.30	14:03	4:15	13	2:10	44	5:45	26.20	2:25:25	5:33	22	25:44	105	45:46	