



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Holzhausen, Norbert

□□: Tg wehlheiden

□□: 556

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:27:33

□□: 10.57 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 131 (of 529)

□□□□□/□: 124 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 3(of 29)

□□□□□□□: 2:22:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:22	5:33	5	1:18	157	8:45	3.30	18:22	5:33	5	1:18	157	8:45
Schlüsie	3.10	20:32	6:37	3	0:59	126	6:42	6.40	38:54	6:04	4	2:17	138	12:50
Hermannsklippe	2.60	17:32	6:44	2	0:19	141	5:51	9.00	56:26	6:16	4	2:36	130	18:36
Brocken	3.10	29:27	9:30	5	2:22	182	11:12	12.10	1:25:53	7:05	4	4:28	149	29:48
Eiserner Handwe	3.60	16:34	4:36	2	0:09	87	4:04	15.70	1:42:27	6:31	4	3:53	139	33:52
Schlüsie	4.10	16:44	4:04	4	0:51	119	4:20	19.80	1:59:11	6:01	4	4:44	135	38:10
Loddenke	3.10	13:21	4:18	3	0:14	86	3:01	22.90	2:12:32	5:47	4	4:48	131	41:11
Ilseburg/Markt	3.30	15:01	4:33	2	0:12	97	6:43	26.20	2:27:33	5:37	3	4:48	124	47:54