



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Krüger, Marek

□□: Ilseburg

□□: 504

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:31:18

□□: 10.31 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 529)

□□□□□/□: 155 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 29(of 75)

□□□□□□□: 1:57:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:57	5:26	24	3:30	134	8:20	3.30	17:57	5:26	24	3:30	134	8:20	
Schlüsie	3.10	20:57	6:45	27	5:07	149	7:07	6.40	38:54	6:04	26	8:37	138	12:50	
Hermannsklippe	2.60	18:16	7:01	34	4:46	198	6:35	9.00	57:10	6:21	29	13:23	153	19:20	
Brocken	3.10	29:03	9:22	32	7:47	164	10:48	12.10	1:26:13	7:07	26	21:10	155	30:08	
Eiserner Handwe	3.60	18:42	5:11	37	5:13	223	6:12	15.70	1:44:55	6:40	30	26:23	165	36:20	
Schlüsie	4.10	17:29	4:15	28	4:32	166	5:05	19.80	2:02:24	6:10	29	30:55	165	41:23	
Loddenke	3.10	13:29	4:20	19	2:17	96	3:09	22.90	2:15:53	5:56	29	32:26	158	44:32	
Ilseburg/Markt	3.30	15:25	4:40	27	2:45	130	7:07	26.20	2:31:18	5:46	29	33:36	155	51:39	