



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Niemann, Marc

□□: Schandelah
 □□: 262

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:33:40

□□: 10.15 km/h
 □□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 185 (of 529)

□□□□□/□: 175 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 32(of 75)

□□□□□□□: 1:57:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:43	5:58	43	5:16	243	10:06	3.30	19:43	5:58	43	5:16	243	10:06
Schlüsie	3.10	21:03	6:47	32	5:13	164	7:13	6.40	40:46	6:22	37	10:29	203	14:42
Hermannsklippe	2.60	18:34	7:08	39	5:04	220	6:53	9.00	59:20	6:35	36	15:33	210	21:30
Brocken	3.10	28:42	9:15	28	7:26	149	10:27	12.10	1:28:02	7:16	34	22:59	183	31:57
Eiserner Handwe	3.60	18:03	5:00	28	4:34	176	5:33	15.70	1:46:05	6:45	32	27:33	181	37:30
Schlüsie	4.10	17:21	4:13	27	4:24	159	4:57	19.80	2:03:26	6:14	31	31:57	176	42:25
Loddenke	3.10	14:27	4:39	36	3:15	175	4:07	22.90	2:17:53	6:01	31	34:26	178	46:32
Ilseburg/Markt	3.30	15:47	4:46	33	3:07	159	7:29	26.20	2:33:40	5:51	32	35:58	175	54:01