



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Wernecke, Frank

□□: W+J

□□: 473

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:34:49

□□: 10.08 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 198 (of 529)

□□□□□/□: 187 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 37(of 85)

□□□□□□□: 1:59:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:54	6:01	55	5:17	264	10:17	3.30	19:54	6:01	55	5:17	264	10:17
Schlüsie	3.10	21:58	7:05	40	5:21	216	8:08	6.40	41:52	6:32	44	10:38	229	15:48
Hermannsklippe	2.60	17:53	6:52	32	3:38	170	6:12	9.00	59:45	6:38	43	14:16	221	21:55
Brocken	3.10	31:36	10:11	51	8:52	267	13:21	12.10	1:31:21	7:32	46	22:59	241	35:16
Eiserner Handwe	3.60	17:42	4:54	33	3:07	154	5:12	15.70	1:49:03	6:56	45	26:06	225	40:28
Schlüsie	4.10	16:39	4:03	24	2:48	115	4:15	19.80	2:05:42	6:20	42	28:54	204	44:41
Loddenke	3.10	13:37	4:23	24	2:37	105	3:17	22.90	2:19:19	6:05	38	31:31	192	47:58
Ilseburg/Markt	3.30	15:30	4:41	29	3:37	139	7:12	26.20	2:34:49	5:54	37	35:08	187	55:10