



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Tietze, Heiko

□□: Berlin

□□: 433

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:35:35

□□: 10.03 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 206 (of 529)

□□□□□/□: 194 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 35(of 75)

□□□□□□□: 1:57:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:36	5:20	20	3:09	110	7:59	3.30	17:36	5:20	20	3:09	110	7:59
Schlüsie	3.10	20:51	6:43	26	5:01	140	7:01	6.40	38:27	6:00	24	8:10	129	12:23
Hermannsklippe	2.60	18:42	7:11	42	5:12	229	7:01	9.00	57:09	6:20	28	13:22	151	19:19
Brocken	3.10	30:48	9:56	44	9:32	228	12:33	12.10	1:27:57	7:16	33	22:54	182	31:52
Eiserner Handwe	3.60	18:50	5:13	43	5:21	232	6:20	15.70	1:46:47	6:48	36	28:15	190	38:12
Schlüsie	4.10	18:23	4:29	39	5:26	216	5:59	19.80	2:05:10	6:19	35	33:41	198	44:09
Loddenke	3.10	14:33	4:41	37	3:21	185	4:13	22.90	2:19:43	6:06	36	36:16	196	48:22
Ilseburg/Markt	3.30	15:52	4:48	35	3:12	166	7:34	26.20	2:35:35	5:56	35	37:53	194	55:56