



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Aisch, Matthias

□□: Hannover

□□: 435

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:41:49

□□: 9.64 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 256 (of 529)

□□□□□/□: 231 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 39(of 59)

□□□□□□□: 1:54:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:22	6:28	50	7:22	342	11:45	3.30	21:22	6:28	50	7:22	342	11:45	
Schlüsie	3.10	22:55	7:23	47	6:46	270	9:05	6.40	44:17	6:55	47	14:08	299	18:13	
Hermannsklippe	2.60	18:41	7:11	42	5:00	228	7:00	9.00	1:02:58	6:59	47	19:00	276	25:08	
Brocken	3.10	30:04	9:41	35	9:38	201	11:49	12.10	1:33:02	7:41	45	27:51	259	36:57	
Eiserner Handwe	3.60	18:18	5:04	34	4:57	196	5:48	15.70	1:51:20	7:05	43	32:48	247	42:45	
Schlüsie	4.10	18:36	4:32	37	5:55	230	6:12	19.80	2:09:56	6:33	41	38:43	237	48:55	
Loddenke	3.10	14:53	4:48	36	4:06	205	4:33	22.90	2:24:49	6:19	40	41:24	233	53:28	
Ilseburg/Markt	3.30	17:00	5:09	40	4:52	243	8:42	26.20	2:41:49	6:10	39	46:58	231	1:02:10	