



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Noltekuhlmann, Uwe

□□: TV Lemgo

□□: 107

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:42:24

□□: 9.61 km/h

□□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 264 (of 529)

□□□□□/□: 239 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 22(of 58)

□□□□□□□: 2:02:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:45	5:59	23	4:40	247	10:08	3.30	19:45	5:59	23	4:40	247	10:08	
Schlüsie	3.10	22:32	7:16	24	5:42	255	8:42	6.40	42:17	6:36	24	10:22	250	16:13	
Hermannsklippe	2.60	19:23	7:27	30	5:12	269	7:42	9.00	1:01:40	6:51	27	15:34	260	23:50	
Brocken	3.10	31:31	10:09	30	8:47	263	13:16	12.10	1:33:11	7:42	28	24:21	260	37:06	
Eiserner Handwe	3.60	18:59	5:16	20	4:08	238	6:29	15.70	1:52:10	7:08	27	28:29	255	43:35	
Schlüsie	4.10	18:01	4:23	15	3:49	198	5:37	19.80	2:10:11	6:34	22	32:18	240	49:10	
Loddenke	3.10	14:29	4:40	15	2:56	179	4:09	22.90	2:24:40	6:19	21	35:14	232	53:19	
Ilseburg/Markt	3.30	17:44	5:22	31	4:40	280	9:26	26.20	2:42:24	6:11	22	39:54	239	1:02:45	