



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Sewekow, Klaus

□□: ESV 49 Angermünde -Die Lokvögel-
□□: 343

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:43:17

□□: 9.55 km/h
□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 273 (of 529)

□□□□□/□: 248 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 26(of 58)

□□□□□□□: 2:02:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:29	6:12	36	5:24	298	10:52	3.30	20:29	6:12	36	5:24	298	10:52
Schlüsie	3.10	23:12	7:29	30	6:22	279	9:22	6.40	43:41	6:49	34	11:46	288	17:37
Hermannsklippe	2.60	18:22	7:03	17	4:11	209	6:41	9.00	1:02:03	6:53	28	15:57	268	24:13
Brocken	3.10	30:26	9:49	20	7:42	216	12:11	12.10	1:32:29	7:38	26	23:39	251	36:24
Eiserner Handwe	3.60	19:51	5:30	31	5:00	276	7:21	15.70	1:52:20	7:09	28	28:39	259	43:45
Schlüsie	4.10	19:43	4:48	28	5:31	286	7:19	19.80	2:12:03	6:40	29	34:10	265	51:02
Loddenke	3.10	15:10	4:53	20	3:37	229	4:50	22.90	2:27:13	6:25	27	37:47	258	55:52
Ilseburg/Markt	3.30	16:04	4:52	16	3:00	180	7:46	26.20	2:43:17	6:13	26	40:47	248	1:03:38