



46. Brockenlauf

Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Westerhaus, Christian

□□: Frankfurt am Main
 □□: 130

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:46:17

□□: 9.38 km/h
 □□□□: 6:21 min/km

□□□□□/□□□□: 298 (of 529)

□□□□□/□: 271 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 31(of 58)

□□□□□□□: 2:02:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:21	6:28	44	6:16	341	11:44	3.30	21:21	6:28	44	6:16	341	11:44
Schlüsie	3.10	23:28	7:34	33	6:38	289	9:38	6.40	44:49	7:00	38	12:54	318	18:45
Hermannsklippe	2.60	19:06	7:20	29	4:55	254	7:25	9.00	1:03:55	7:06	34	17:49	292	26:05
Brocken	3.10	30:49	9:56	22	8:05	230	12:34	12.10	1:34:44	7:49	32	25:54	277	38:39
Eiserner Handwe	3.60	20:32	5:42	36	5:41	313	8:02	15.70	1:55:16	7:20	32	31:35	281	46:41
Schlüsie	4.10	19:50	4:50	29	5:38	290	7:26	19.80	2:15:06	6:49	32	37:13	283	54:05
Loddenke	3.10	15:08	4:52	19	3:35	225	4:48	22.90	2:30:14	6:33	32	40:48	280	58:53
Ilsenburg/Markt	3.30	16:03	4:51	15	2:59	179	7:45	26.20	2:46:17	6:20	31	43:47	271	1:06:38