



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Heine, Heiko

□□: Thale

□□: 291

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:47:46

□□: 9.30 km/h

□□□□: 6:24 min/km

□□□□□/□□□: 307 (of 529)

□□□□□/□: 278 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 23(of 30)

□□□□□□□: 1:39:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:50	6:00	24	10:13	257	10:13	3.30	19:50	6:00	24	10:13	257	10:13	
Schlüsie	3.10	22:22	7:12	23	6:28	245	8:32	6.40	42:12	6:35	23	16:03	246	16:08	
Hermannsklippe	2.60	19:08	7:21	23	7:27	257	7:27	9.00	1:01:20	6:48	23	23:30	253	23:30	
Brocken	3.10	34:54	11:15	27	16:39	358	16:39	12.10	1:36:14	7:57	24	40:09	294	40:09	
Eiserner Handwe	3.60	19:39	5:27	19	7:09	264	7:09	15.70	1:55:53	7:22	24	47:18	286	47:18	
Schlüsie	4.10	18:37	4:32	21	6:11	232	6:13	19.80	2:14:30	6:47	24	53:29	281	53:29	
Loddenke	3.10	15:35	5:01	24	5:15	264	5:15	22.90	2:30:05	6:33	24	58:44	279	58:44	
Ilseburg/Markt	3.30	17:41	5:21	21	9:23	279	9:23	26.20	2:47:46	6:24	23	1:08:07	278	1:08:07	