



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Preuß, Michael

□□: TuS Ahnsen
 □□: 284

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:52:41

□□: 9.10 km/h
 □□□□: 6:35 min/km

□□□□□/□□□: 344 (of 529)

□□□□□/□: 306 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 58(of 75)

□□□□□□□: 1:57:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:32	6:13	57	6:05	300	10:55	3.30	20:32	6:13	57	6:05	300	10:55
Schlüsie	3.10	22:52	7:22	54	7:02	268	9:02	6.40	43:24	6:46	55	13:07	282	17:20
Hermannsklippe	2.60	20:01	7:41	58	6:31	304	8:20	9.00	1:03:25	7:02	57	19:38	286	25:35
Brocken	3.10	33:33	10:49	59	12:17	322	15:18	12.10	1:36:58	8:00	58	31:55	303	40:53
Eiserner Handwe	3.60	20:37	5:43	59	7:08	315	8:07	15.70	1:57:35	7:29	58	39:03	300	49:00
Schlüsie	4.10	19:44	4:48	50	6:47	287	7:20	19.80	2:17:19	6:56	56	45:50	299	56:18
Loddenke	3.10	15:48	5:05	48	4:36	277	5:28	22.90	2:33:07	6:41	56	49:40	296	1:01:46
Ilseburg/Markt	3.30	19:34	5:55	65	6:54	359	11:16	26.20	2:52:41	6:35	58	54:59	306	1:13:02