



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Puth, Georg

□□: Siegburg

□□: 94

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 3:00:03

□□: 8.66 km/h

□□□□: 6:52 min/km

□□□□□/□□□: 401 (of 529)

□□□□□/□: 352 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 44(of 50)

□□□□□□□: 1:56:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:31	6:49	46	8:27	386	12:54	3.30	22:31	6:49	46	8:27	386	12:54	
Schlüsie	3.10	25:24	8:11	48	9:31	376	11:34	6.40	47:55	7:29	48	17:58	382	21:51	
Hermannsklippe	2.60	19:55	7:39	40	6:19	301	8:14	9.00	1:07:50	7:32	45	24:17	359	30:00	
Brocken	3.10	32:20	10:25	39	11:23	298	14:05	12.10	1:40:10	8:16	45	35:40	340	44:05	
Eiserner Handwe	3.60	21:37	6:00	46	7:46	352	9:07	15.70	2:01:47	7:45	45	43:26	347	53:12	
Schlüsie	4.10	20:59	5:07	43	7:43	339	8:35	19.80	2:22:46	7:12	45	51:09	348	1:01:45	
Loddenke	3.10	17:07	5:31	43	5:29	348	6:47	22.90	2:39:53	6:58	45	56:28	344	1:08:32	
Ilseburg/Markt	3.30	20:10	6:06	44	7:14	371	11:52	26.20	3:00:03	6:52	44	1:03:09	352	1:20:24	