



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Fritsch, Erich

□□□: 3:05:52

□□: 578

□□: 8.39 km/h

□□□□: 7:05 min/km

□□: 26.20 km

□□□□□/□□□: 421 (of 529)

26,2 km - Lauf

□□□□□/□: 367 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□:

□□□□□: 20(of 29)

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□□□□□: 2:22:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:54	6:38	19	4:50	364	12:17	3.30	21:54	6:38	19	4:50	364	12:17	
Schlüsie	3.10	24:32	7:54	15	4:59	343	10:42	6.40	46:26	7:15	16	9:49	360	20:22	
Hermannsklippe	2.60	21:23	8:13	20	4:10	361	9:42	9.00	1:07:49	7:32	17	13:59	358	29:59	
Brocken	3.10	33:43	10:52	19	6:38	329	15:28	12.10	1:41:32	8:23	19	20:07	356	45:27	
Eiserner Handwe	3.60	23:16	6:27	24	6:51	393	10:46	15.70	2:04:48	7:56	20	26:14	363	56:13	
Schlüsie	4.10	21:11	5:10	19	5:18	347	8:47	19.80	2:25:59	7:22	19	31:32	359	1:04:58	
Loddenke	3.10	18:56	6:06	23	5:49	389	8:36	22.90	2:44:55	7:12	19	37:11	365	1:13:34	
Ilseburg/Markt	3.30	20:57	6:20	22	6:08	386	12:39	26.20	3:05:52	7:05	20	43:07	367	1:26:13	