



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Dillmann, Martin

□□: SV Teutonia Sorsum
 □□: 329

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 3:10:29

□□: 8.19 km/h
 □□□□: 7:16 min/km

□□□□□/□□□: 444 (of 529)

□□□□□/□: 386 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 46(of 58)

□□□□□□□: 2:02:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:45	6:17	40	5:40	313	11:08	3.30	20:45	6:17	40	5:40	313	11:08
Schlüsie	3.10	24:27	7:53	41	7:37	334	10:37	6.40	45:12	7:03	41	13:17	333	19:08
Hermannsklippe	2.60	20:35	7:54	39	6:24	335	8:54	9.00	1:05:47	7:18	41	19:41	329	27:57
Brocken	3.10	35:19	11:23	44	12:35	364	17:04	12.10	1:41:06	8:21	44	32:16	350	45:01
Eiserner Handwe	3.60	22:26	6:13	46	7:35	373	9:56	15.70	2:03:32	7:52	44	39:51	358	54:57
Schlüsie	4.10	25:54	6:19	48	11:42	423	13:30	19.80	2:29:26	7:32	46	51:33	375	1:08:25
Loddenke	3.10	19:08	6:10	47	7:35	391	8:48	22.90	2:48:34	7:21	46	59:08	375	1:17:13
Ilseburg/Markt	3.30	21:55	6:38	48	8:51	398	13:37	26.20	3:10:29	7:16	46	1:07:59	386	1:30:50