



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Nitzschmann, Timo

□□: Hannover

□□: 246

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 3:23:06

□□: 7.68 km/h

□□□□: 7:45 min/km

□□□□□/□□□: 484 (of 529)

□□□□□/□: 416 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 49(of 50)

□□□□□□□: 1:56:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:20	6:46	44	8:16	383	12:43	3.30	22:20	6:46	44	8:16	383	12:43	
Schlüsie	3.10	25:22	8:10	46	9:29	374	11:32	6.40	47:42	7:27	46	17:45	376	21:38	
Hermannsklippe	2.60	22:43	8:44	47	9:07	391	11:02	9.00	1:10:25	7:49	47	26:52	388	32:35	
Brocken	3.10	41:20	13:20	49	20:23	431	23:05	12.10	1:51:45	9:14	49	47:15	412	55:40	
Eiserner Handwe	3.60	26:20	7:18	50	12:29	423	13:50	15.70	2:18:05	8:47	49	59:44	419	1:09:30	
Schlüsie	4.10	23:20	5:41	48	10:04	398	10:56	19.80	2:41:25	8:09	49	1:09:48	419	1:20:24	
Loddenke	3.10	17:39	5:41	45	6:01	365	7:19	22.90	2:59:04	7:49	49	1:15:39	408	1:27:43	
Ilseburg/Markt	3.30	24:02	7:16	50	11:06	420	15:44	26.20	3:23:06	7:45	49	1:26:12	416	1:43:27	