



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Wieczorek, Bernd

□□: Lauffreß salzgitter
 □□: 595

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 4:10:21

□□: 6.23 km/h
 □□□□: 9:34 min/km

□□□□□/□□□: 523 (of 529)

□□□□□/□: 444 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 55(of 58)

□□□□□□□: 2:02:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	26:24	8:00	54	11:19	441	16:47	3.30	26:24	8:00	54	11:19	441	16:47
Schlüsie	3.10	31:47	10:15	54	14:57	440	17:57	6.40	58:11	9:05	54	26:16	443	32:07
Hermannsklippe	2.60	28:35	10:59	55	14:24	443	16:54	9.00	1:26:46	9:38	54	40:40	443	48:56
Brocken	3.10	41:25	13:21	52	18:41	432	23:10	12.10	2:08:11	10:35	54	59:21	442	1:12:06
Eiserner Handwe	3.60	35:05	9:44	56	20:14	445	22:35	15.70	2:43:16	10:23	55	1:19:35	444	1:34:41
Schlüsie	4.10	33:04	8:03	55	18:52	444	20:40	19.80	3:16:20	9:54	55	1:38:27	444	1:55:19
Loddenke	3.10	25:54	8:21	54	14:21	439	15:34	22.90	3:42:14	9:42	55	1:52:48	442	2:10:53
Ilseburg/Markt	3.30	28:07	8:31	54	15:03	440	19:49	26.20	4:10:21	9:33	55	2:07:51	444	2:30:42