



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

MESSER, Dirk

□□: AST Süßen

□□: 218

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:12:21

□□: 11.79 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 500)

□□□□□/□: 57 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 6(of 67)

□□□□□□□: 2:00:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:41	5:03	9	0:54	80	4:42	3.30	16:41	5:03	9	0:54	80	4:42	
Schlüsie	3.10	17:41	5:42	6	1:38	62	4:56	6.40	34:22	5:22	9	2:21	69	9:38	
Hermannsklippe	2.60	15:46	6:03	8	1:33	67	4:35	9.00	50:08	5:34	6	3:54	64	14:13	
Brocken	3.10	25:20	8:10	7	3:58	69	7:56	12.10	1:15:28	6:14	7	7:52	66	22:09	
Eiserner Handwe	3.60	15:19	4:15	3	0:46	37	3:39	15.70	1:30:47	5:46	6	7:15	62	25:48	
Schlüsie	4.10	14:50	3:37	2	0:45	35	3:49	19.80	1:45:37	5:20	6	7:31	56	29:37	
Loddenke	3.10	12:29	4:01	7	1:40	53	3:13	22.90	1:58:06	5:09	6	9:11	56	32:50	
Ilseburg/Markt	3.30	14:15	4:19	13	2:54	83	3:55	26.20	2:12:21	5:03	6	12:05	57	36:45	