



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

HEINEMANN, Maik

□□: Gardelegen

□□: 388

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:12:35

□□: 11.77 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 500)

□□□□□/□: 59 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 12(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:58	5:08	15	4:05	85	4:59	3.30	16:58	5:08	15	4:05	85	4:59	
Schlüsie	3.10	18:02	5:49	15	3:36	79	5:17	6.40	35:00	5:28	15	7:41	79	10:16	
Hermannsklippe	2.60	15:41	6:01	12	2:54	62	4:30	9.00	50:41	5:37	14	10:26	76	14:46	
Brocken	3.10	24:56	8:02	12	5:08	58	7:32	12.10	1:15:37	6:14	12	15:34	68	22:18	
Eiserner Handwe	3.60	15:07	4:11	6	3:15	31	3:27	15.70	1:30:44	5:46	10	18:49	61	25:45	
Schlüsie	4.10	15:40	3:49	14	3:44	71	4:39	19.80	1:46:24	5:22	13	22:33	66	30:24	
Loddenke	3.10	12:31	4:02	12	2:34	56	3:15	22.90	1:58:55	5:11	13	25:07	64	33:39	
Ilseburg/Markt	3.30	13:40	4:08	10	2:35	54	3:20	26.20	2:12:35	5:03	12	27:42	59	36:59	