



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

ZEPTNER, Jürgen

□□: LAV Alfeld
 □□: 166

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:24:02

□□: 10.83 km/h
 □□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 138 (of 500)

□□□□□/□: 132 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 9(of 45)

□□□□□□□: 2:07:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:09	5:30	7	1:58	155	6:10	3.30	18:09	5:30	7	1:58	155	6:10
Schlüsie	3.10	19:03	6:08	7	1:42	129	6:18	6.40	37:12	5:48	8	3:40	141	12:28
Hermannsklippe	2.60	16:34	6:22	5	1:13	109	5:23	9.00	53:46	5:58	6	4:53	124	17:51
Brocken	3.10	27:21	8:49	7	2:27	135	9:57	12.10	1:21:07	6:42	7	6:51	127	27:48
Eiserner Handwe	3.60	17:44	4:55	10	3:14	156	6:04	15.70	1:38:51	6:17	8	10:05	135	33:52
Schlüsie	4.10	16:47	4:05	8	2:42	136	5:46	19.80	1:55:38	5:50	8	12:47	136	39:38
Loddenke	3.10	13:33	4:22	10	1:45	139	4:17	22.90	2:09:11	5:38	8	14:32	135	43:55
Ilseburg/Markt	3.30	14:51	4:30	7	1:45	124	4:31	26.20	2:24:02	5:29	9	16:17	133	48:26