



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

RESPONDEK, Oliver

□□: Lauftreff Ganderkesee
 □□: 234

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:25:09

□□: 10.75 km/h
 □□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 145 (of 500)

□□□□□/□: 139 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 28(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:27	5:17	22	4:34	117	5:28	3.30	17:27	5:17	22	4:34	117	5:28
Schlüsie	3.10	19:39	6:20	37	5:13	169	6:54	6.40	37:06	5:47	28	9:47	135	12:22
Hermannsklippe	2.60	16:42	6:25	24	3:55	119	5:31	9.00	53:48	5:58	25	13:33	126	17:53
Brocken	3.10	28:09	9:04	33	8:21	163	10:45	12.10	1:21:57	6:46	27	21:54	140	28:38
Eiserner Handwe	3.60	16:46	4:39	23	4:54	111	5:06	15.70	1:38:43	6:17	25	26:48	132	33:44
Schlüsie	4.10	17:20	4:13	37	5:24	164	6:19	19.80	1:56:03	5:51	27	32:12	140	40:03
Loddenke	3.10	13:53	4:28	36	3:56	165	4:37	22.90	2:09:56	5:40	27	36:08	140	44:40
Ilseburg/Markt	3.30	15:13	4:36	37	4:08	151	4:53	26.20	2:25:09	5:32	28	40:16	140	49:33