



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

BETHKE, Jörn

□□: Brockenlaufverein
 □□: 311

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:28:29

□□: 10.51 km/h
 □□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 169 (of 500)

□□□□□/□: 163 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 37(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:57	6:02	61	7:04	265	7:58	3.30	19:57	6:02	61	7:04	265	7:58
Schlüsie	3.10	20:48	6:42	58	6:22	240	8:03	6.40	40:45	6:22	59	13:26	250	16:01
Hermannsklippe	2.60	17:59	6:55	43	5:12	201	6:48	9.00	58:44	6:31	55	18:29	235	22:49
Brocken	3.10	28:24	9:09	37	8:36	172	11:00	12.10	1:27:08	7:12	46	27:05	203	33:49
Eiserner Handwe	3.60	17:09	4:45	31	5:17	134	5:29	15.70	1:44:17	6:38	41	32:22	188	39:18
Schlüsie	4.10	16:25	4:00	25	4:29	115	5:24	19.80	2:00:42	6:05	39	36:51	176	44:42
Loddenke	3.10	13:17	4:17	26	3:20	113	4:01	22.90	2:13:59	5:51	39	40:11	176	48:43
Ilseburg/Markt	3.30	14:30	4:23	23	3:25	98	4:10	26.20	2:28:29	5:40	37	43:36	165	52:53