



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

BERKMANN, Thomas

□□: Running Riot Hannover
 □□: 386

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:33:48

□□: 10.14 km/h
 □□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 209 (of 500)

□□□□□/□: 196 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 46(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:32	6:13	64	7:39	297	8:33	3.30	20:32	6:13	64	7:39	297	8:33
Schlüsie	3.10	20:14	6:31	46	5:48	200	7:29	6.40	40:46	6:22	60	13:27	252	16:02
Hermannsklippe	2.60	18:05	6:57	44	5:18	206	6:54	9.00	58:51	6:32	56	18:36	240	22:56
Brocken	3.10	29:21	9:28	44	9:33	204	11:57	12.10	1:28:12	7:17	51	28:09	221	34:53
Eiserner Handwe	3.60	18:38	5:10	41	6:46	195	6:58	15.70	1:46:50	6:48	49	34:55	218	41:51
Schlüsie	4.10	17:44	4:19	44	5:48	181	6:43	19.80	2:04:34	6:17	48	40:43	210	48:34
Loddenke	3.10	14:26	4:39	51	4:29	212	5:10	22.90	2:19:00	6:04	48	45:12	213	53:44
Ilseburg/Markt	3.30	14:48	4:29	29	3:43	122	4:28	26.20	2:33:48	5:52	46	48:55	198	58:12