



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

Kirsten, Thomas

□□: Rot-Weiß Alseben
 □□: 541

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:34:31

□□: 10.10 km/h
 □□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□: 225 (of 500)

□□□□□/□: 209 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 50(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:18	5:32	37	5:25	170	6:19	3.30	18:18	5:32	37	5:25	170	6:19
Schlüsie	3.10	19:18	6:13	32	4:52	143	6:33	6.40	37:36	5:52	35	10:17	154	12:52
Hermannsklippe	2.60	17:51	6:51	41	5:04	192	6:40	9.00	55:27	6:09	37	15:12	166	19:32
Brocken	3.10	33:45	10:53	74	13:57	343	16:21	12.10	1:29:12	7:22	59	29:09	244	35:53
Eiserner Handwe	3.60	19:27	5:24	59	7:35	244	7:47	15.70	1:48:39	6:55	58	36:44	243	43:40
Schlüsie	4.10	17:37	4:17	42	5:41	177	6:36	19.80	2:06:16	6:22	55	42:25	235	50:16
Loddenke	3.10	13:13	4:15	25	3:16	109	3:57	22.90	2:19:29	6:05	51	45:41	218	54:13
Ilseburg/Markt	3.30	15:02	4:33	34	3:57	135	4:42	26.20	2:34:31	5:53	50	49:38	211	58:55