



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

ZABEL, Dirk

□□: NIX tun kann JEDER

□□: 336

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:43:57

□□: 9.52 km/h

□□□□: 6:16 min/km

□□□□□/□□□: 296 (of 500)

□□□□□/□: 272 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 64(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:39	6:15	67	7:46	310	8:40	3.30	20:39	6:15	67	7:46	310	8:40
Schlüsie	3.10	20:58	6:45	60	6:32	247	8:13	6.40	41:37	6:30	64	14:18	280	16:53
Hermannsklippe	2.60	19:32	7:30	65	6:45	292	8:21	9.00	1:01:09	6:47	65	20:54	284	25:14
Brocken	3.10	31:38	10:12	61	11:50	288	14:14	12.10	1:32:47	7:40	64	32:44	284	39:28
Eiserner Handwe	3.60	18:31	5:08	39	6:39	191	6:51	15.70	1:51:18	7:05	62	39:23	267	46:19
Schlüsie	4.10	19:20	4:42	65	7:24	269	8:19	19.80	2:10:38	6:35	63	46:47	271	54:38
Loddenke	3.10	15:31	5:00	64	5:34	279	6:15	22.90	2:26:09	6:22	63	52:21	269	1:00:53
Ilseburg/Markt	3.30	17:48	5:23	70	6:43	314	7:28	26.20	2:43:57	6:15	64	59:04	274	1:08:21