



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

BARDEHLE, Lutz

□□: VfB Salzkotten

□□: 436

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:49:31

□□: 9.20 km/h

□□□□: 6:28 min/km

□□□□□/□□□: 344 (of 500)

□□□□□/□: 313 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 55(of 67)

□□□□□□□: 2:00:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:55	6:38	64	6:08	380	9:56	3.30	21:55	6:38	64	6:08	380	9:56	
Schlüsie	3.10	22:45	7:20	61	6:42	349	10:00	6.40	44:40	6:58	62	12:39	355	19:56	
Hermannsklippe	2.60	19:36	7:32	52	5:23	298	8:25	9.00	1:04:16	7:08	61	18:02	345	28:21	
Brocken	3.10	31:46	10:14	47	10:24	291	14:22	12.10	1:36:02	7:56	59	28:26	331	42:43	
Eiserner Handwe	3.60	20:31	5:41	54	5:58	292	8:51	15.70	1:56:33	7:25	57	33:01	320	51:34	
Schlüsie	4.10	21:03	5:08	59	6:58	335	10:02	19.80	2:17:36	6:56	56	39:30	325	1:01:36	
Loddenke	3.10	15:39	5:02	50	4:50	287	6:23	22.90	2:33:15	6:41	56	44:20	322	1:07:59	
Ilseburg/Markt	3.30	16:16	4:55	44	4:55	231	5:56	26.20	2:49:31	6:28	55	49:15	315	1:13:55	