



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

SCHERBE, Ralf

□□: SSV-MG-Ahlsdorf
 □□: 413

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:49:35

□□: 9.20 km/h
 □□□□: 6:28 min/km

□□□□□/□□□: 346 (of 500)

□□□□□/□: 314 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 67(of 85)

□□□□□□□: 1:44:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:22	6:28	76	8:29	355	9:23	3.30	21:22	6:28	76	8:29	355	9:23
Schlüsie	3.10	21:26	6:54	64	7:00	283	8:41	6.40	42:48	6:41	71	15:29	323	18:04
Hermannsklippe	2.60	19:04	7:19	57	6:17	259	7:53	9.00	1:01:52	6:52	67	21:37	301	25:57
Brocken	3.10	30:38	9:52	55	10:50	254	13:14	12.10	1:32:30	7:38	62	32:27	282	39:11
Eiserner Handwe	3.60	22:17	6:11	79	10:25	355	10:37	15.70	1:54:47	7:18	66	42:52	301	49:48
Schlüsie	4.10	20:57	5:06	72	9:01	333	9:56	19.80	2:15:44	6:51	67	51:53	312	59:44
Loddenke	3.10	16:04	5:10	69	6:07	316	6:48	22.90	2:31:48	6:37	66	58:00	312	1:06:32
Ilseburg/Markt	3.30	17:47	5:23	69	6:42	312	7:27	26.20	2:49:35	6:28	67	1:04:42	316	1:13:59