



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

KRAMER, Manfred

□□: Werder Bremen FC Osis
 □□: 144

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:54:14

□□: 8.95 km/h
 □□□□: 6:39 min/km

□□□□□/□□□: 380 (of 500)

□□□□□/□: 337 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 32(of 45)

□□□□□□□: 2:07:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:38	6:15	28	4:27	308	8:39	3.30	20:38	6:15	28	4:27	308	8:39
Schlüsie	3.10	22:53	7:22	31	5:32	354	10:08	6.40	43:31	6:47	31	9:59	340	18:47
Hermannsklippe	2.60	20:23	7:50	30	5:02	339	9:12	9.00	1:03:54	7:05	31	15:01	342	27:59
Brocken	3.10	33:58	10:57	32	9:04	347	16:34	12.10	1:37:52	8:05	31	23:36	345	44:33
Eiserner Handwe	3.60	21:56	6:05	33	7:26	342	10:16	15.70	1:59:48	7:37	32	31:02	349	54:49
Schlüsie	4.10	21:06	5:08	30	7:01	339	10:05	19.80	2:20:54	7:06	31	38:03	343	1:04:54
Loddenke	3.10	15:43	5:04	26	3:55	292	6:27	22.90	2:36:37	6:50	32	41:58	341	1:11:21
Ilseburg/Markt	3.30	17:37	5:20	27	4:31	302	7:17	26.20	2:54:14	6:39	32	46:29	339	1:18:38