



47. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2017

□□□□

BUKOWSKI, Markus

□□: Sportlich-Team Bornheim
 □□: 228

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:45:24

□□: 9.43 km/h
 □□□□: 6:19 min/km

□□□□□/□□□: 310 (of 500)

□□□□□/□: 284 (of 423)

□□□□□□: 1:35:36

□□□□□: 37(of 45)

□□□□□□□: 1:55:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:47	6:17	37	6:52	319	8:48	3.30	20:47	6:17	37	6:52	319	8:48
Schlüsie	3.10	21:30	6:56	37	6:13	288	8:45	6.40	42:17	6:36	37	13:04	308	17:33
Hermannsklippe	2.60	19:33	7:31	37	6:10	294	8:22	9.00	1:01:50	6:52	37	19:09	297	25:55
Brocken	3.10	31:27	10:08	38	10:31	279	14:03	12.10	1:33:17	7:42	38	29:30	294	39:58
Eiserner Handwe	3.60	21:08	5:52	36	7:28	314	9:28	15.70	1:54:25	7:17	37	36:58	294	49:26
Schlüsie	4.10	18:50	4:35	31	5:18	239	7:49	19.80	2:13:15	6:43	37	42:13	292	57:15
Loddenke	3.10	15:38	5:02	34	4:43	285	6:22	22.90	2:28:53	6:30	37	46:10	291	1:03:37
Ilseburg/Markt	3.30	16:31	5:00	29	4:37	247	6:11	26.20	2:45:24	6:18	37	50:15	286	1:09:48