



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Hesse, Jörn

□□: Delligser SC

□□: 74

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:54:19

□□: 13.65 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□□: 8 (of 506)

□□□□□/□: 8 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 1(of 58)

□□□□□□□: 1:54:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:05	4:16	1	-	11	0:39	3.30	14:05	4:16	1	-	11	0:39	
Bremer Hütte	2.40	12:34	5:14	2	0:03	11	1:28	5.70	26:39	4:40	1	-	11	2:07	
Hermannsklippe	3.30	16:59	5:08	2	0:21	11	2:07	9.00	43:38	4:50	1	-	11	4:13	
Brocken	3.10	21:06	6:48	2	0:29	9	2:45	12.10	1:04:44	5:20	2	0:25	10	6:58	
Eiserner Handwe	3.60	13:17	3:41	1	-	5	0:45	15.70	1:18:01	4:58	1	-	8	7:43	
Bremer Hütte	4.10	15:31	3:47	1	-	4	0:37	19.80	1:33:32	4:43	1	-	8	8:03	
Loddenke	3.10	8:20	2:41	1	-	6	0:22	22.90	1:41:52	4:26	1	-	8	8:25	
Ilseburg/Markt	3.30	12:27	3:46	1	-	6	1:11	26.20	1:54:19	4:21	1	-	8	9:36	