



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Hilker, Daniel

□□: Hannover 96 Triathlon
 □□: 478

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:02:39

□□: 12.82 km/h
 □□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 506)

□□□□□/□: 17 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 5(of 45)

□□□□□□□: 1:49:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:03	4:51	7	2:37	40	2:37	3.30	16:03	4:51	7	2:37	40	2:37	
Bremer Hütte	2.40	12:36	5:15	5	1:30	14	1:30	5.70	28:39	5:01	5	4:07	24	4:07	
Hermannsklippe	3.30	17:29	5:17	5	2:35	18	2:37	9.00	46:08	5:07	5	6:42	21	6:43	
Brocken	3.10	21:26	6:54	4	2:26	10	3:05	12.10	1:07:34	5:35	5	9:08	17	9:48	
Eiserner Handwe	3.60	14:24	4:00	4	1:19	14	1:52	15.70	1:21:58	5:13	5	9:43	17	11:40	
Bremer Hütte	4.10	17:58	4:22	7	2:21	40	3:04	19.80	1:39:56	5:02	5	11:56	17	14:27	
Loddenke	3.10	9:17	2:59	5	1:10	29	1:19	22.90	1:49:13	4:46	5	12:32	18	15:46	
Ilseburg/Markt	3.30	13:26	4:04	6	1:57	28	2:10	26.20	2:02:39	4:40	5	13:20	17	17:56	