



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Fahning, Birger

□□: Hamburg
 □□: 114

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:05:08

□□: 12.47 km/h
 □□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 506)

□□□□□/□: 23 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 5(of 66)

□□□□□□□: 1:51:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:43	4:27	4	1:17	17	1:17	3.30	14:43	4:27	4	1:17	17	1:17	
Bremer Hütte	2.40	12:54	5:22	3	1:30	17	1:48	5.70	27:37	4:50	4	2:47	17	3:05	
Hermannsklippe	3.30	17:37	5:20	4	2:04	19	2:45	9.00	45:14	5:01	4	4:51	16	5:49	
Brocken	3.10	22:41	7:19	4	2:19	22	4:20	12.10	1:07:55	5:36	4	7:01	18	10:09	
Eiserner Handwe	3.60	15:56	4:25	7	2:42	51	3:24	15.70	1:23:51	5:20	4	9:43	21	13:33	
Bremer Hütte	4.10	18:23	4:29	11	2:53	51	3:29	19.80	1:42:14	5:09	5	11:54	23	16:45	
Loddenke	3.10	9:20	3:00	6	1:20	30	1:22	22.90	1:51:34	4:52	5	12:23	23	18:07	
Ilseburg/Markt	3.30	13:34	4:06	7	1:55	34	2:18	26.20	2:05:08	4:46	5	14:08	23	20:25	