



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Lambeck, Steven

□□: Brockenlaufverein

□□: 491

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:06:08

□□: 12.46 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 506)

□□□□□/□: 25 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 6(of 66)

□□□□□□□: 1:51:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:44	4:46	6	2:18	34	2:18	3.30	15:44	4:46	6	2:18	34	2:18	
Bremer Hütte	2.40	13:22	5:34	6	1:58	27	2:16	5.70	29:06	5:06	7	4:16	33	4:34	
Hermannsklippe	3.30	17:54	5:25	5	2:21	22	3:02	9.00	47:00	5:13	6	6:37	26	7:35	
Brocken	3.10	23:25	7:33	6	3:03	26	5:04	12.10	1:10:25	5:49	6	9:31	25	12:39	
Eiserner Handwe	3.60	15:07	4:11	5	1:53	26	2:35	15.70	1:25:32	5:26	6	11:24	24	15:14	
Bremer Hütte	4.10	17:28	4:15	5	1:58	23	2:34	19.80	1:43:00	5:12	6	12:40	24	17:31	
Loddenke	3.10	9:35	3:05	9	1:35	40	1:37	22.90	1:52:35	4:54	6	13:24	24	19:08	
Ilseburg/Markt	3.30	13:33	4:06	6	1:54	33	2:17	26.20	2:06:08	4:48	6	15:08	25	21:25	