



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Schnellberger, Alexander

□□: SVG Ruhstorf
 □□: 352

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:09:35

□□: 12.04 km/h
 □□□□: 4:57 min/km

□□□□□/□□□□: 34 (of 506)

□□□□□/□: 32 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 7(of 66)

□□□□□□□: 1:51:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:26	4:58	8	3:00	48	3:00	3.30	16:26	4:58	8	3:00	48	3:00
Bremer Hütte	2.40	13:37	5:40	7	2:13	33	2:31	5.70	30:03	5:16	8	5:13	42	5:31
Hermannsklippe	3.30	18:34	5:37	7	3:01	33	3:42	9.00	48:37	5:24	8	8:14	39	9:12
Brocken	3.10	23:46	7:39	7	3:24	32	5:25	12.10	1:12:23	5:58	7	11:29	34	14:37
Eiserner Handwe	3.60	16:04	4:27	8	2:50	56	3:32	15.70	1:28:27	5:38	7	14:19	33	18:09
Bremer Hütte	4.10	18:02	4:23	9	2:32	43	3:08	19.80	1:46:29	5:22	7	16:09	34	21:00
Loddenke	3.10	9:14	2:58	5	1:14	28	1:16	22.90	1:55:43	5:03	7	16:32	32	22:16
Ilseburg/Markt	3.30	13:52	4:12	10	2:13	50	2:36	26.20	2:09:35	4:56	7	18:35	32	24:52