



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Meier, Jens

□□: Braunschweig
 □□: 262

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:15:42

□□: 11.58 km/h
 □□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 506)

□□□□□/□: 55 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 10(of 66)

□□□□□□□: 1:51:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:32	5:00	9	3:06	51	3:06	3.30	16:32	5:00	9	3:06	51	3:06	
Bremer Hütte	2.40	13:54	5:47	9	2:30	46	2:48	5.70	30:26	5:20	9	5:36	51	5:54	
Hermannsklippe	3.30	18:39	5:39	8	3:06	38	3:47	9.00	49:05	5:27	9	8:42	44	9:40	
Brocken	3.10	24:32	7:54	9	4:10	43	6:11	12.10	1:13:37	6:05	8	12:43	42	15:51	
Eiserner Handwe	3.60	16:12	4:30	10	2:58	60	3:40	15.70	1:29:49	5:43	8	15:41	44	19:31	
Bremer Hütte	4.10	19:26	4:44	13	3:56	82	4:32	19.80	1:49:15	5:31	9	18:55	46	23:46	
Loddenke	3.10	10:36	3:25	17	2:36	106	2:38	22.90	1:59:51	5:14	9	20:40	48	26:24	
Ilseburg/Markt	3.30	15:51	4:48	33	4:12	166	4:35	26.20	2:15:42	5:10	10	24:42	55	30:59	