



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Rox, Andreas

□□: Ebersbach
 □□: 566

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:27:50

□□: 10.55 km/h
 □□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 135 (of 506)

□□□□□/□: 125 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 12(of 52)

□□□□□□□: 2:08:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:11	5:30	15	1:48	132	4:45	3.30	18:11	5:30	15	1:48	132	4:45
Bremer Hütte	2.40	15:03	6:16	8	1:09	98	3:57	5.70	33:14	5:49	11	2:50	108	8:42
Hermannsklippe	3.30	20:30	6:12	11	2:02	106	5:38	9.00	53:44	5:58	10	4:52	109	14:19
Brocken	3.10	25:41	8:17	6	3:18	67	7:20	12.10	1:19:25	6:33	7	6:29	85	21:39
Eiserner Handwe	3.60	19:09	5:19	26	4:56	194	6:37	15.70	1:38:34	6:16	10	10:05	108	28:16
Bremer Hütte	4.10	21:15	5:10	17	3:58	152	6:21	19.80	1:59:49	6:03	12	14:01	120	34:20
Loddenke	3.10	11:56	3:50	26	2:59	213	3:58	22.90	2:11:45	5:45	12	16:48	126	38:18
Ilseburg/Markt	3.30	16:05	4:52	19	3:07	178	4:49	26.20	2:27:50	5:38	12	19:41	125	43:07