



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Giersch, Christian

□□: Bremen

□□: 136

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 2:28:52

□□: 10.48 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 144 (of 506)

□□□□□/□: 133 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 20(of 48)

□□□□□□□: 1:44:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:36	5:38	19	5:10	158	5:10	3.30	18:36	5:38	19	5:10	158	5:10	
Bremer Hütte	2.40	16:21	6:48	26	5:14	194	5:15	5.70	34:57	6:07	25	10:24	180	10:25	
Hermannsklippe	3.30	21:52	6:37	25	7:00	175	7:00	9.00	56:49	6:18	25	17:24	176	17:24	
Brocken	3.10	27:57	9:00	22	9:36	147	9:36	12.10	1:24:46	7:00	23	27:00	164	27:00	
Eiserner Handwe	3.60	18:02	5:00	18	5:30	135	5:30	15.70	1:42:48	6:32	22	32:30	148	32:30	
Bremer Hütte	4.10	19:48	4:49	16	4:37	101	4:54	19.80	2:02:36	6:11	21	37:07	136	37:07	
Loddenke	3.10	11:22	3:39	21	3:24	165	3:24	22.90	2:13:58	5:51	21	40:31	135	40:31	
Ilseburg/Markt	3.30	14:54	4:30	15	3:38	102	3:38	26.20	2:28:52	5:40	20	44:09	133	44:09	