



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Suckow, Stefan

□□: Calenberger Canoe Club

□□: 398

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:31:50

□□: 10.27 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 167 (of 506)

□□□□□/□: 154 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 25(of 66)

□□□□□□□: 1:51:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:49	5:42	32	5:23	188	5:23	3.30	18:49	5:42	32	5:23	188	5:23
Bremer Hütte	2.40	15:32	6:28	23	4:08	141	4:26	5.70	34:21	6:01	24	9:31	155	9:49
Hermannsklippe	3.30	21:31	6:31	23	5:58	164	6:39	9.00	55:52	6:12	24	15:29	163	16:27
Brocken	3.10	30:46	9:55	35	10:24	238	12:25	12.10	1:26:38	7:09	26	25:44	182	28:52
Eiserner Handwe	3.60	18:13	5:03	25	4:59	146	5:41	15.70	1:44:51	6:40	25	30:43	169	34:33
Bremer Hütte	4.10	20:29	4:59	20	4:59	123	5:35	19.80	2:05:20	6:19	25	35:00	158	39:51
Loddenke	3.10	10:58	3:32	27	2:58	133	3:00	22.90	2:16:18	5:57	24	37:07	155	42:51
Ilseburg/Markt	3.30	15:32	4:42	23	3:53	142	4:16	26.20	2:31:50	5:47	25	40:50	154	47:07