



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Fuchs, Karsten

□□: Bendorf

□□: 128

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:31:57

□□: 10.27 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 168 (of 506)

□□□□□/□: 155 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 18(of 52)

□□□□□□□: 2:08:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:15	5:50	27	2:52	211	5:49	3.30	19:15	5:50	27	2:52	211	5:49	
Bremer Hütte	2.40	15:44	6:33	16	1:50	154	4:38	5.70	34:59	6:08	23	4:35	181	10:27	
Hermannsklippe	3.30	21:03	6:22	14	2:35	133	6:11	9.00	56:02	6:13	21	7:10	166	16:37	
Brocken	3.10	27:33	8:53	12	5:10	125	9:12	12.10	1:23:35	6:54	17	10:39	143	25:49	
Eiserner Handwe	3.60	17:41	4:54	13	3:28	122	5:09	15.70	1:41:16	6:27	16	12:47	137	30:58	
Bremer Hütte	4.10	21:32	5:15	18	4:15	166	6:38	19.80	2:02:48	6:12	16	17:00	138	37:19	
Loddenke	3.10	12:29	4:01	34	3:32	248	4:31	22.90	2:15:17	5:54	17	20:20	147	41:50	
Ilseburg/Markt	3.30	16:40	5:03	30	3:42	212	5:24	26.20	2:31:57	5:47	18	23:48	155	47:14	