



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Albrecht, Martin

□□: Hannover/Seelze/Velber
 □□: 143

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:33:33

□□: 10.16 km/h
 □□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 180 (of 506)

□□□□□/□: 166 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 19(of 52)

□□□□□□□: 2:08:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:06	5:29	10	1:43	125	4:40	3.30	18:06	5:29	10	1:43	125	4:40
Bremer Hütte	2.40	15:56	6:38	19	2:02	164	4:50	5.70	34:02	5:58	16	3:38	146	9:30
Hermannsklippe	3.30	21:43	6:34	21	3:15	169	6:51	9.00	55:45	6:11	19	6:53	157	16:20
Brocken	3.10	28:10	9:05	17	5:47	157	9:49	12.10	1:23:55	6:56	20	10:59	151	26:09
Eiserner Handwe	3.60	17:44	4:55	15	3:31	125	5:12	15.70	1:41:39	6:28	17	13:10	139	31:21
Bremer Hütte	4.10	22:03	5:22	21	4:46	195	7:09	19.80	2:03:42	6:14	17	17:54	143	38:13
Loddenke	3.10	11:47	3:48	22	2:50	195	3:49	22.90	2:15:29	5:54	18	20:32	149	42:02
Ilseburg/Markt	3.30	18:04	5:28	40	5:06	291	6:48	26.20	2:33:33	5:51	19	25:24	166	48:50