



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Jensen, Ib

□□: Kolding Motion

□□: 13

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:33:55

□□: 10.14 km/h

□□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 183 (of 506)

□□□□□/□: 168 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 21(of 52)

□□□□□□□: 2:08:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:26	5:53	28	3:03	218	6:00	3.30	19:26	5:53	28	3:03	218	6:00	
Bremer Hütte	2.40	17:00	7:05	29	3:06	237	5:54	5.70	36:26	6:23	28	6:02	225	11:54	
Hermannsklippe	3.30	22:17	6:45	27	3:49	204	7:25	9.00	58:43	6:31	25	9:51	218	19:18	
Brocken	3.10	29:21	9:28	25	6:58	187	11:00	12.10	1:28:04	7:16	25	15:08	204	30:18	
Eiserner Handwe	3.60	17:10	4:46	11	2:57	104	4:38	15.70	1:45:14	6:42	22	16:45	174	34:56	
Bremer Hütte	4.10	22:19	5:26	23	5:02	208	7:25	19.80	2:07:33	6:26	22	21:45	180	42:04	
Loddenke	3.10	11:15	3:37	16	2:18	153	3:17	22.90	2:18:48	6:03	21	23:51	174	45:21	
Ilseburg/Markt	3.30	15:07	4:34	12	2:09	114	3:51	26.20	2:33:55	5:52	21	25:46	168	49:12	