



# 48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

**Sowada, Peter**

□□: Schneller gehts nicht

□□: 377

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:39:04

□□: 9.81 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 228 (of 506)

□□□□□/□: 207 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 27(of 52)

□□□□□□□: 2:08:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:08	5:47	26	2:45	207	5:42	3.30	19:08	5:47	26	2:45	207	5:42	
Bremer Hütte	2.40	17:36	7:20	37	3:42	275	6:30	5.70	36:44	6:26	30	6:20	237	12:12	
Hermannsklippe	3.30	23:30	7:07	37	5:02	265	8:38	9.00	1:00:14	6:41	34	11:22	247	20:49	
Brocken	3.10	32:49	10:35	41	10:26	297	14:28	12.10	1:33:03	7:41	41	20:07	275	35:17	
Eiserner Handwe	3.60	17:42	4:54	14	3:29	123	5:10	15.70	1:50:45	7:03	36	22:16	246	40:27	
Bremer Hütte	4.10	20:06	4:54	11	2:49	113	5:12	19.80	2:10:51	6:36	27	25:03	214	45:22	
Loddenke	3.10	11:57	3:51	27	3:00	216	3:59	22.90	2:22:48	6:14	28	27:51	210	49:21	
Ilseburg/Markt	3.30	16:16	4:55	21	3:18	188	5:00	26.20	2:39:04	6:04	27	30:55	207	54:21	