



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Messner, Christoph

□□: Bovenden
 □□: 269

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 2:50:08

□□: 9.17 km/h
 □□□□: 6:29 min/km

□□□□□/□□□: 318 (of 506)

□□□□□/□: 282 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 35(of 48)

□□□□□□□: 1:44:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:45	5:40	22	5:19	173	5:19	3.30	18:45	5:40	22	5:19	173	5:19	
Bremer Hütte	2.40	17:21	7:13	33	6:14	264	6:15	5.70	36:06	6:20	28	11:33	216	11:34	
Hermannsklippe	3.30	23:54	7:14	36	9:02	284	9:02	9.00	1:00:00	6:40	31	20:35	242	20:35	
Brocken	3.10	32:12	10:23	42	13:51	286	13:51	12.10	1:32:12	7:37	34	34:26	262	34:26	
Eiserner Handwe	3.60	20:38	5:43	31	8:06	254	8:06	15.70	1:52:50	7:11	33	42:32	267	42:32	
Bremer Hütte	4.10	25:07	6:07	40	9:56	330	10:13	19.80	2:17:57	6:58	35	52:28	278	52:28	
Loddenke	3.10	13:44	4:25	40	5:46	323	5:46	22.90	2:31:41	6:37	35	58:14	282	58:14	
Ilseburg/Markt	3.30	18:27	5:35	35	7:11	311	7:11	26.20	2:50:08	6:29	35	1:05:25	282	1:05:25	