



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Steinmetz, Gino

□□: Göttingen

□□: 385

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:57:24

□□: 8.79 km/h

□□□□: 6:46 min/km

□□□□□/□□□: 372 (of 506)

□□□□□/□: 322 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 39(of 45)

□□□□□□□: 1:49:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:31	6:49	44	9:05	365	9:05	3.30	22:31	6:49	44	9:05	365	9:05	
Bremer Hütte	2.40	18:51	7:51	42	7:45	334	7:45	5.70	41:22	7:15	43	16:50	349	16:50	
Hermannsklippe	3.30	25:06	7:36	39	10:12	328	10:14	9.00	1:06:28	7:23	43	27:02	342	27:03	
Brocken	3.10	36:20	11:43	43	17:20	367	17:59	12.10	1:42:48	8:29	43	44:22	358	45:02	
Eiserner Handwe	3.60	21:05	5:51	31	8:00	276	8:33	15.70	2:03:53	7:53	43	51:38	346	53:35	
Bremer Hütte	4.10	22:50	5:34	32	7:13	236	7:56	19.80	2:26:43	7:24	41	58:43	333	1:01:14	
Loddenke	3.10	12:48	4:07	34	4:41	274	4:50	22.90	2:39:31	6:57	40	1:02:50	328	1:06:04	
Ilseburg/Markt	3.30	17:53	5:25	35	6:24	283	6:37	26.20	2:57:24	6:46	39	1:08:05	322	1:12:41	