



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Jorgs, Thomas

□□: Woodcamp e.V.
 □□: 190

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:58:21

□□: 8.75 km/h
 □□□□: 6:49 min/km

□□□□□/□□□: 382 (of 506)

□□□□□/□: 331 (of 416)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 58(of 66)

□□□□□□□: 1:51:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	23:33	7:08	61	10:07	384	10:07	3.30	23:33	7:08	61	10:07	384	10:07
Bremer Hütte	2.40	20:24	8:30	61	9:00	368	9:18	5.70	43:57	7:42	61	19:07	376	19:25
Hermannsklippe	3.30	27:40	8:23	62	12:07	376	12:48	9.00	1:11:37	7:57	63	31:14	379	32:12
Brocken	3.10	37:14	12:00	62	16:52	377	18:53	12.10	1:48:51	8:59	63	47:57	379	51:05
Eiserner Handwe	3.60	21:18	5:55	50	8:04	289	8:46	15.70	2:10:09	8:17	61	56:01	370	59:51
Bremer Hütte	4.10	21:57	5:21	32	6:27	189	7:03	19.80	2:32:06	7:40	60	1:01:46	358	1:06:37
Loddenke	3.10	10:41	3:26	19	2:41	113	2:43	22.90	2:42:47	7:06	59	1:03:36	346	1:09:20
Ilseburg/Markt	3.30	15:34	4:43	25	3:55	144	4:18	26.20	2:58:21	6:48	58	1:07:21	331	1:13:38