



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Warns, Hajo

□□: Wardenburg-Oberlethe
 □□: 547

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 3:29:05

□□: 7.52 km/h
 □□□□: 7:59 min/km

□□□□□/□□□: 541 (of 581)

□□□□□/□: 451 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 36(of 40)

□□□□□□□: 2:17:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	24:47	7:30	38	7:58	461	11:43	3.30	24:47	7:30	38	7:58	461	11:43
Schlüsie	3.10	27:08	8:45	37	8:39	452	13:30	6.40	51:55	8:06	38	15:56	455	25:12
Hermannsklippe	2.60	25:48	9:55	39	10:14	462	14:24	9.00	1:17:43	8:38	38	25:55	461	39:36
Brocken	3.10	42:06	13:34	38	16:53	465	24:03	12.10	1:59:49	9:54	37	42:48	461	1:03:39
Eiserner Handwe	3.60	26:50	7:27	36	11:14	454	14:58	15.70	2:26:39	9:20	37	52:22	461	1:18:37
Schlüsie	4.10	23:27	5:43	34	8:23	422	11:53	19.80	2:50:06	8:35	37	1:00:04	460	1:30:30
Loddenke	3.10	18:01	5:48	34	5:15	419	8:42	22.90	3:08:07	8:12	37	1:05:19	456	1:39:12
Ilseburg/Markt	3.30	20:58	6:21	36	6:35	431	10:21	26.20	3:29:05	7:58	36	1:11:46	451	1:49:33