



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Von Heine, Denise

□□: Hamburg

□□: 530

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:56:32

□□: 6.60 km/h

□□□□: 9:02 min/km

□□□□□/□□□: 574 (of 581)

□□□□□/□: 104 (of 106)

□□□□□□: 2:08:56

□□□□□: 25(of 26)

□□□□□□□: 2:19:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	28:02	8:29	24	11:32	103	12:14	3.30	28:02	8:29	24	11:32	103	12:14
Schlüsie	3.10	30:12	9:44	25	12:01	100	13:37	6.40	58:14	9:05	25	23:33	100	25:46
Hermannsklippe	2.60	26:07	10:02	25	9:54	97	11:32	9.00	1:24:21	9:22	25	33:27	102	37:18
Brocken	3.10	47:20	15:16	25	20:10	102	23:11	12.10	2:11:41	10:52	25	53:05	103	1:00:22
Eiserner Handwe	3.60	28:07	7:48	23	12:08	100	12:55	15.70	2:39:48	10:10	25	1:05:13	103	1:13:17
Schlüsie	4.10	28:10	6:52	23	11:44	100	13:04	19.80	3:07:58	9:29	25	1:16:57	103	1:26:21
Loddenke	3.10	22:19	7:11	24	9:07	103	10:12	22.90	3:30:17	9:10	25	1:26:04	103	1:36:33
Ilseburg/Markt	3.30	26:15	7:57	25	11:24	104	12:15	26.20	3:56:32	9:01	25	1:37:28	104	1:47:36