



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Müller, Holger

□□: Braunschweig
 □□: 351

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:59:34

□□: 13.15 km/h
 □□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 581)

□□□□□/□: 20 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 3(of 67)

□□□□□□□: 1:39:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:26	4:22	3	1:21	15	1:22	3.30	14:26	4:22	3	1:21	15	1:22	
Schlüsie	3.10	16:00	5:09	3	2:22	23	2:22	6.40	30:26	4:45	3	3:43	22	3:43	
Hermannsklippe	2.60	13:45	5:17	3	2:21	20	2:21	9.00	44:11	4:54	3	6:04	22	6:04	
Brocken	3.10	22:22	7:12	4	4:19	20	4:19	12.10	1:06:33	5:30	3	10:23	20	10:23	
Eiserner Handwe	3.60	14:47	4:06	4	2:55	27	2:55	15.70	1:21:20	5:10	3	13:18	19	13:18	
Schlüsie	4.10	14:04	3:25	4	2:30	24	2:30	19.80	1:35:24	4:49	3	15:48	19	15:48	
Loddenke	3.10	11:26	3:41	4	2:07	18	2:07	22.90	1:46:50	4:39	3	17:55	19	17:55	
Ilseburg/Markt	3.30	12:44	3:51	3	2:07	22	2:07	26.20	1:59:34	4:33	3	20:02	20	20:02	