



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Schaper, Hendrik

□□: Hannover Runners
 □□: 435

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:01:36

□□: 12.83 km/h
 □□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 581)

□□□□□/□: 24 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 4(of 67)

□□□□□□□: 1:39:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:34	4:43	9	2:29	38	2:30	3.30	15:34	4:43	9	2:29	38	2:30	
Schlüsie	3.10	16:16	5:14	5	2:38	29	2:38	6.40	31:50	4:58	7	5:07	32	5:07	
Hermannsklippe	2.60	14:10	5:26	6	2:46	29	2:46	9.00	46:00	5:06	6	7:53	31	7:53	
Brocken	3.10	23:26	7:33	6	5:23	33	5:23	12.10	1:09:26	5:44	6	13:16	29	13:16	
Eiserner Handwe	3.60	15:05	4:11	6	3:13	36	3:13	15.70	1:24:31	5:22	6	16:29	30	16:29	
Schlüsie	4.10	13:46	3:21	2	2:12	17	2:12	19.80	1:38:17	4:57	5	18:41	28	18:41	
Loddenke	3.10	11:05	3:34	2	1:46	10	1:46	22.90	1:49:22	4:46	4	20:27	26	20:27	
Ilseburg/Markt	3.30	12:14	3:42	2	1:37	10	1:37	26.20	2:01:36	4:38	4	22:04	24	22:04	