



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Rabe, Norman

□□: TSV 1900 Königshütte
 □□: 395

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:14:41

□□: 11.58 km/h
 □□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 581)

□□□□□/□: 72 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 14(of 67)

□□□□□□□: 1:39:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:28	4:59	14	3:23	64	3:24	3.30	16:28	4:59	14	3:23	64	3:24
Schlüsie	3.10	18:06	5:50	18	4:28	91	4:28	6.40	34:34	5:24	15	7:51	73	7:51
Hermannsklippe	2.60	15:42	6:02	20	4:18	89	4:18	9.00	50:16	5:35	18	12:09	79	12:09
Brocken	3.10	27:16	8:47	26	9:13	130	9:13	12.10	1:17:32	6:24	20	21:22	89	21:22
Eiserner Handwe	3.60	15:49	4:23	10	3:57	58	3:57	15.70	1:33:21	5:56	19	25:19	86	25:19
Schlüsie	4.10	15:01	3:39	10	3:27	52	3:27	19.80	1:48:22	5:28	15	28:46	75	28:46
Loddenke	3.10	12:13	3:56	9	2:54	46	2:54	22.90	2:00:35	5:15	14	31:40	73	31:40
Ilseburg/Markt	3.30	14:06	4:16	16	3:29	71	3:29	26.20	2:14:41	5:08	14	35:09	72	35:09