



# 49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

## Wünschiers, Röbbbe

□□: Quedlinburg

□□: 575

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:15:31

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 581)

□□□□□/□: 75 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 9(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:40	5:21	14	3:49	130	4:36	3.30	17:40	5:21	14	3:49	130	4:36	
Schlüsie	3.10	17:38	5:41	8	2:45	65	4:00	6.40	35:18	5:30	12	6:30	91	8:35	
Hermannsklippe	2.60	15:12	5:50	8	2:29	63	3:48	9.00	50:30	5:36	10	8:59	80	12:23	
Brocken	3.10	24:44	7:58	7	3:37	52	6:41	12.10	1:15:14	6:13	9	12:36	68	19:04	
Eiserner Handwe	3.60	16:11	4:29	9	2:57	76	4:19	15.70	1:31:25	5:49	9	15:32	67	23:23	
Schlüsie	4.10	16:03	3:54	11	3:06	92	4:29	19.80	1:47:28	5:25	9	18:34	68	27:52	
Loddenke	3.10	13:05	4:13	14	2:28	101	3:46	22.90	2:00:33	5:15	9	21:02	72	31:38	
Ilseburg/Markt	3.30	14:58	4:32	16	3:03	122	4:21	26.20	2:15:31	5:10	9	24:05	75	35:59	