



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Schacht, Frank

□□: Möser
□□: 426

□□: 26.20 km
26,2 km - Lauf

□□□□:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:19:22

□□: 11.28 km/h
□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 106 (of 581)

□□□□□/□: 102 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 22(of 67)

□□□□□□□: 1:39:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Loddenke | 3.30 | 16:44 | 5:04 | 17 | 3:39 | 78 | 3:40 | 3.30 | 16:44 | 5:04 | 17 | 3:39 | 78 | 3:40 | |
| Schlüsie | 3.10 | 17:58 | 5:47 | 15 | 4:20 | 84 | 4:20 | 6.40 | 34:42 | 5:25 | 17 | 7:59 | 77 | 7:59 | |
| Hermannsklippe | 2.60 | 15:25 | 5:55 | 15 | 4:01 | 70 | 4:01 | 9.00 | 50:07 | 5:34 | 16 | 12:00 | 74 | 12:00 | |
| Brocken | 3.10 | 26:13 | 8:27 | 16 | 8:10 | 88 | 8:10 | 12.10 | 1:16:20 | 6:18 | 17 | 20:10 | 80 | 20:10 | |
| Eiserner Handwe | 3.60 | 16:46 | 4:39 | 21 | 4:54 | 97 | 4:54 | 15.70 | 1:33:06 | 5:55 | 16 | 25:04 | 79 | 25:04 | |
| Schlüsie | 4.10 | 17:31 | 4:16 | 33 | 5:57 | 192 | 5:57 | 19.80 | 1:50:37 | 5:35 | 21 | 31:01 | 97 | 31:01 | |
| Loddenke | 3.10 | 13:48 | 4:27 | 30 | 4:29 | 164 | 4:29 | 22.90 | 2:04:25 | 5:25 | 22 | 35:30 | 101 | 35:30 | |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 14:57 | 4:31 | 22 | 4:20 | 120 | 4:20 | 26.20 | 2:19:22 | 5:19 | 22 | 39:50 | 102 | 39:50 | |