



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

□□: 11.19 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	