



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Hirsch, Matthias

□□: RADWERK RACING Wernigerode
 □□: 591

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:20:25

□□: 11.20 km/h
 □□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 114 (of 581)

□□□□□/□: 109 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 14(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:15	5:13	11	3:24	99	4:11	3.30	17:15	5:13	11	3:24	99	4:11
Schlüsie	3.10	17:57	5:47	11	3:04	81	4:19	6.40	35:12	5:30	11	6:24	89	8:29
Hermannsklippe	2.60	15:41	6:01	12	2:58	88	4:17	9.00	50:53	5:39	12	9:22	89	12:46
Brocken	3.10	27:07	8:44	16	6:00	121	9:04	12.10	1:18:00	6:26	13	15:22	95	21:50
Eiserner Handwe	3.60	16:26	4:33	10	3:12	83	4:34	15.70	1:34:26	6:00	12	18:33	93	26:24
Schlüsie	4.10	16:51	4:06	20	3:54	141	5:17	19.80	1:51:17	5:37	13	22:23	101	31:41
Loddenke	3.10	13:43	4:25	23	3:06	156	4:24	22.90	2:05:00	5:27	13	25:29	106	36:05
Ilseburg/Markt	3.30	15:25	4:40	23	3:30	171	4:48	26.20	2:20:25	5:21	14	28:59	109	40:53