



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Birla, Clemens

□□: Dernau

□□: 65

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 2:35:50

□□: 10.09 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 241 (of 581)

□□□□□/□: 230 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 31(of 55)

□□□□□□□: 1:53:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:23	6:10	34	6:41	303	7:19	3.30	20:23	6:10	34	6:41	303	7:19
Schlüsie	3.10	20:22	6:34	34	5:18	240	6:44	6.40	40:45	6:22	35	11:57	264	14:02
Hermannsklippe	2.60	17:29	6:43	31	4:34	208	6:05	9.00	58:14	6:28	35	16:22	256	20:07
Brocken	3.10	29:56	9:39	31	9:30	229	11:53	12.10	1:28:10	7:17	33	25:12	246	32:00
Eiserner Handwe	3.60	19:03	5:17	29	5:53	241	7:11	15.70	1:47:13	6:49	32	29:44	246	39:11
Schlüsie	4.10	18:00	4:23	28	5:14	224	6:26	19.80	2:05:13	6:19	32	34:58	238	45:37
Loddenke	3.10	14:26	4:39	28	3:39	213	5:07	22.90	2:19:39	6:05	31	38:26	232	50:44
Ilseburg/Markt	3.30	16:11	4:54	31	4:02	232	5:34	26.20	2:35:50	5:56	31	42:04	230	56:18