



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Muscharski, Torsten

□□: Hannover
 □□: 353

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:36:25

□□: 10.05 km/h
 □□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 250 (of 581)

□□□□□/□: 238 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 31(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:36	6:14	44	6:45	316	7:32	3.30	20:36	6:14	44	6:45	316	7:32
Schlüsie	3.10	20:13	6:31	31	5:20	230	6:35	6.40	40:49	6:22	37	12:01	267	14:06
Hermannsklippe	2.60	17:45	6:49	29	5:02	226	6:21	9.00	58:34	6:30	35	17:03	264	20:27
Brocken	3.10	30:11	9:44	34	9:04	237	12:08	12.10	1:28:45	7:20	34	26:07	254	32:35
Eiserner Handwe	3.60	17:29	4:51	20	4:15	145	5:37	15.70	1:46:14	6:45	32	30:21	228	38:12
Schlüsie	4.10	18:26	4:29	34	5:29	247	6:52	19.80	2:04:40	6:17	32	35:46	231	45:04
Loddenke	3.10	15:19	4:56	37	4:42	285	6:00	22.90	2:19:59	6:06	31	40:28	237	51:04
Ilseburg/Markt	3.30	16:26	4:58	32	4:31	248	5:49	26.20	2:36:25	5:58	31	44:59	238	56:53