



# 49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Putensen, Stephan

□□: Hamburg

□□: 393

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:41:31

□□: 9.73 km/h

□□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 292 (of 581)

□□□□□/□: 276 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 36(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:31	5:54	36	5:40	257	6:27	3.30	19:31	5:54	36	5:40	257	6:27
Schlüsie	3.10	21:15	6:51	41	6:22	298	7:37	6.40	40:46	6:22	36	11:58	266	14:03
Hermannsklippe	2.60	18:25	7:05	34	5:42	269	7:01	9.00	59:11	6:34	38	17:40	279	21:04
Brocken	3.10	31:42	10:13	40	10:35	294	13:39	12.10	1:30:53	7:30	38	28:15	281	34:43
Eiserner Handwe	3.60	19:18	5:21	37	6:04	257	7:26	15.70	1:50:11	7:01	37	34:18	280	42:09
Schlüsie	4.10	18:02	4:23	30	5:05	226	6:28	19.80	2:08:13	6:28	36	39:19	270	48:37
Loddenke	3.10	15:14	4:54	35	4:37	280	5:55	22.90	2:23:27	6:15	36	43:56	270	54:32
Ilseburg/Markt	3.30	18:04	5:28	45	6:09	338	7:27	26.20	2:41:31	6:09	36	50:05	276	1:01:59