



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Sprenger, Uwe

□□: Dessau-Roßlau
 □□: 490

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:48:17

□□: 9.27 km/h
 □□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□: 350 (of 581)

□□□□□/□: 320 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 39(of 59)

□□□□□□□: 2:07:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:54	5:43	27	3:02	221	5:50	3.30	18:54	5:43	27	3:02	221	5:50
Schlüsie	3.10	20:29	6:36	25	3:52	246	6:51	6.40	39:23	6:09	25	6:54	228	12:40
Hermannsklippe	2.60	17:59	6:55	22	3:25	240	6:35	9.00	57:22	6:22	24	10:19	230	19:15
Brocken	3.10	31:32	10:10	33	7:05	286	13:29	12.10	1:28:54	7:20	29	17:24	256	32:44
Eiserner Handwe	3.60	20:01	5:33	32	5:08	287	8:09	15.70	1:48:55	6:56	31	22:32	264	40:53
Schlüsie	4.10	20:03	4:53	37	5:16	317	8:29	19.80	2:08:58	6:30	30	27:33	276	49:22
Loddenke	3.10	19:41	6:20	54	7:29	442	10:22	22.90	2:28:39	6:29	35	34:59	307	59:44
Ilseburg/Markt	3.30	19:38	5:56	50	5:50	396	9:01	26.20	2:48:17	6:25	39	40:48	320	1:08:45