



# 49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Leins, Martin

□□: -----

□□: 1194

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 3:01:46

□□: 8.65 km/h

□□□□: 6:56 min/km

□□□□□/□□□: 441 (of 581)

□□□□□/□: 392 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 48(of 59)

□□□□□□□: 2:07:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:51	6:55	53	6:59	419	9:47	3.30	22:51	6:55	53	6:59	419	9:47	
Schlüsie	3.10	23:43	7:39	49	7:06	403	10:05	6.40	46:34	7:16	49	14:05	409	19:51	
Hermannsklippe	2.60	19:37	7:32	43	5:03	343	8:13	9.00	1:06:11	7:21	49	19:08	403	28:04	
Brocken	3.10	32:33	10:29	38	8:06	318	14:30	12.10	1:38:44	8:09	47	27:14	376	42:34	
Eiserner Handwe	3.60	24:00	6:39	50	9:07	412	12:08	15.70	2:02:44	7:49	47	36:21	387	54:42	
Schlüsie	4.10	22:16	5:25	49	7:29	404	10:42	19.80	2:25:00	7:19	48	43:35	391	1:05:24	
Loddenke	3.10	16:59	5:28	48	4:47	375	7:40	22.90	2:41:59	7:04	48	48:19	388	1:13:04	
Ilseburg/Markt	3.30	19:47	5:59	52	5:59	406	9:10	26.20	3:01:46	6:56	48	54:17	392	1:22:14	