



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Otto, Karsten

□□: SpVgg Lagerlechfeld Abt. Ski&Berg
 □□: 370

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:02:11

□□: 8.56 km/h
 □□□□: 6:57 min/km

□□□□□/□□□: 449 (of 581)

□□□□□/□: 398 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 58(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:42	6:16	45	6:51	321	7:38	3.30	20:42	6:16	45	6:51	321	7:38
Schlüsie	3.10	23:12	7:29	59	8:19	392	9:34	6.40	43:54	6:51	56	15:06	368	17:11
Hermannsklippe	2.60	20:58	8:03	58	8:15	390	9:34	9.00	1:04:52	7:12	58	23:21	385	26:45
Brocken	3.10	35:17	11:22	57	14:10	396	17:14	12.10	1:40:09	8:16	57	37:31	384	43:59
Eiserner Handwe	3.60	23:11	6:26	61	9:57	401	11:19	15.70	2:03:20	7:51	60	47:27	393	55:18
Schlüsie	4.10	22:47	5:33	60	9:50	414	11:13	19.80	2:26:07	7:22	59	57:13	398	1:06:31
Loddenke	3.10	17:13	5:33	58	6:36	390	7:54	22.90	2:43:20	7:07	58	1:03:49	400	1:14:25
Ilseburg/Markt	3.30	18:51	5:42	55	6:56	368	8:14	26.20	3:02:11	6:57	58	1:10:45	398	1:22:39