



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Bieder, Michael

□□: Benneckenstein
 □□: 63

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:03:42

□□: 8.49 km/h
 □□□□: 7:01 min/km

□□□□□/□□□: 461 (of 581)

□□□□□/□: 406 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 59(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	21:49	6:36	61	7:58	398	8:45	3.30	21:49	6:36	61	7:58	398	8:45
Schlüsie	3.10	24:01	7:44	62	9:08	411	10:23	6.40	45:50	7:09	61	17:02	400	19:07
Hermannsklippe	2.60	21:01	8:04	59	8:18	392	9:37	9.00	1:06:51	7:25	62	25:20	408	28:44
Brocken	3.10	35:57	11:35	60	14:50	407	17:54	12.10	1:42:48	8:29	61	40:10	408	46:38
Eiserner Handwe	3.60	23:08	6:25	60	9:54	399	11:16	15.70	2:05:56	8:01	63	50:03	407	57:54
Schlüsie	4.10	21:48	5:19	57	8:51	394	10:14	19.80	2:27:44	7:27	62	58:50	409	1:08:08
Loddenke	3.10	17:07	5:31	54	6:30	383	7:48	22.90	2:44:51	7:11	60	1:05:20	407	1:15:56
Ilseburg/Markt	3.30	18:51	5:42	55	6:56	368	8:14	26.20	3:03:42	7:00	59	1:12:16	406	1:24:10