



49. Brockenlauf

Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Jakubowski, Carsten

□□: Hannöversche Hotzenplötze
 □□: 224

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 3:06:49

□□: 8.41 km/h
 □□□□: 7:08 min/km

□□□□□/□□□: 478 (of 581)

□□□□□/□: 416 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 52(of 55)

□□□□□□□: 1:53:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:11	6:06	33	6:29	289	7:07	3.30	20:11	6:06	33	6:29	289	7:07
Schlüsie	3.10	23:10	7:28	48	8:06	388	9:32	6.40	43:21	6:46	44	14:33	350	16:38
Hermannsklippe	2.60	21:33	8:17	52	8:38	409	10:09	9.00	1:04:54	7:12	47	23:02	386	26:47
Brocken	3.10	37:58	12:14	54	17:32	430	19:55	12.10	1:42:52	8:30	52	39:54	409	46:42
Eiserner Handwe	3.60	24:37	6:50	52	11:27	427	12:45	15.70	2:07:29	8:07	52	50:00	416	59:27
Schlüsie	4.10	20:29	4:59	44	7:43	338	8:55	19.80	2:27:58	7:28	52	57:43	410	1:08:22
Loddenke	3.10	16:14	5:14	43	5:27	346	6:55	22.90	2:44:12	7:10	52	1:02:59	403	1:15:17
Ilsenburg/Markt	3.30	22:37	6:51	55	10:28	447	12:00	26.20	3:06:49	7:07	52	1:13:03	416	1:27:17