



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Klughardt, Markus

□□: Windmühle Exter E.V.

□□: 264

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:07:16

□□: 8.39 km/h

□□□□: 7:09 min/km

□□□□□/□□□: 480 (of 581)

□□□□□/□: 417 (of 475)

□□□□□□: 1:39:32

□□□□□: 62(of 68)

□□□□□□□: 1:51:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	22:52	6:55	64	9:01	420	9:48	3.30	22:52	6:55	64	9:01	420	9:48
Schlüsie	3.10	24:10	7:47	63	9:17	415	10:32	6.40	47:02	7:20	63	18:14	416	20:19
Hermannsklippe	2.60	21:29	8:15	62	8:46	407	10:05	9.00	1:08:31	7:36	64	27:00	420	30:24
Brocken	3.10	34:21	11:04	54	13:14	378	16:18	12.10	1:42:52	8:30	62	40:14	409	46:42
Eiserner Handwe	3.60	22:50	6:20	57	9:36	391	10:58	15.70	2:05:42	8:00	62	49:49	406	57:40
Schlüsie	4.10	23:04	5:37	61	10:07	419	11:30	19.80	2:28:46	7:30	63	59:52	416	1:09:10
Loddenke	3.10	18:34	5:59	63	7:57	427	9:15	22.90	2:47:20	7:18	62	1:07:49	419	1:18:25
Ilseburg/Markt	3.30	19:56	6:02	61	8:01	410	9:19	26.20	3:07:16	7:08	62	1:15:50	417	1:27:44