



44. Brockenlauf

Ilsenburg / 06.09.2014

□□□□

Bokelmann, Boki

□□: SG Hillerse

□□: 538

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 57:23

□□: 9.41 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 175)

□□□□□/□: 79 (of 119)

□□□□□□: 33:35

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 51:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:12	7:07	6	3:52	95	12:34	4.10	29:12	7:07	6	3:52	80	0:48
Loddenke	2.20	11:45	5:20	6	1:03	84	5:02	6.30	40:57	6:30	6	4:55	79	1:21
Ilsenburg/Markt	3.30	16:26	4:58	6	1:17	77	6:14	9.60	57:23	5:58	6	5:38	82	23:48