



46. Brockenlauf  
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Kiusmann, Christian

□□: Wedel

□□: 817

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 44:37

□□: 12.10 km/h

□□□□: 4:39 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 193)

□□□□□/□: 32 (of 136)

□□□□□□: 33:44

□□□□□: 4(of 9)

□□□□□□□: 38:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	6.30	31:17	4:57	4	3:55	32	8:17	6.30	31:17	4:57	4	3:55	32	8:17
Ilsenburg/Markt	3.30	13:20	4:02	4	1:44	29	3:03	9.60	44:37	4:38	4	5:39	32	10:53