



46. Brockenlauf
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Berndt, Marcus

□□: Hamburg

□□: 696

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 47:39

□□: 11.33 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 193)

□□□□□/□: 49 (of 136)

□□□□□□: 33:44

□□□□□: 11(of 19)

□□□□□□□: 34:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	6.30	33:18	5:17	11	9:04	48	10:18	6.30	33:18	5:17	11	9:04	48	10:18
Ilsenburg/Markt	3.30	14:21	4:20	12	4:04	53	4:04	9.60	47:39	4:57	11	13:08	49	13:55