



46. Brockenlauf  
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Muhs, Alexander

□□: Bovenden

□□: 651

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 56:45

□□: 9.52 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 122 (of 193)

□□□□□/□: 96 (of 136)

□□□□□□: 33:44

□□□□□: 11(of 13)

□□□□□□□: 40:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	6.30	39:55	6:20	11	11:37	93	16:55	6.30	39:55	6:20	11	11:37	93	16:55
Ilsenburg/Markt	3.30	16:50	5:06	11	4:47	91	6:33	9.60	56:45	5:54	11	16:24	96	23:01