



46. Brockenlauf
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Ließmann, Gerald

□□: Ilsenburg

□□: 637

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 57:48

□□: 9.34 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□□□□/□□□: 133 (of 193)

□□□□□/□: 103 (of 136)

□□□□□□: 33:44

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 48:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	6.30	40:21	6:24	5	6:35	101	17:21	6.30	40:21	6:24	5	6:35	101	17:21
Ilsenburg/Markt	3.30	17:27	5:17	5	3:13	109	7:10	9.60	57:48	6:01	5	9:48	103	24:04