



46. Brockenlauf  
 Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Ahrend, Detlef

□□: Ilsenburg

□□: 818

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 58:39

□□: 9.21 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 140 (of 193)

□□□□□/□: 108 (of 136)

□□□□□□: 33:44

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 48:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	6.30	41:11	6:32	6	7:25	107	18:11	6.30	41:11	6:32	6	7:25	107	18:11
Ilsenburg/Markt	3.30	17:28	5:17	6	3:14	112	7:11	9.60	58:39	6:06	6	10:39	108	24:55