



46. Brockenlauf
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Dammann-Kölsch, Franz

□□: Ic solbad Ravensberg

□□: 796

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:10:16

□□: 7.69 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□□□□/□□□: 181 (of 193)

□□□□□/□: 129 (of 136)

□□□□□□: 33:44

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 48:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	6.30	47:07	7:28	8	13:21	125	24:07	6.30	47:07	7:28	8	13:21	125	24:07
Ilsenburg/Markt	3.30	23:09	7:00	10	8:55	133	12:52	9.60	1:10:16	7:19	9	22:16	129	36:32