



47. Brockenlauf  
Ilsenburg / 02.09.2017

□□□□

**BERNDT, Marcus**

□□: Hamburg

□□: 760

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 47:46

□□: 12.06 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 181)

□□□□□/□: 38 (of 120)

□□□□□□: 33:03

□□□□□: 7(of 16)

□□□□□□□: 33:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:57	5:50	6	6:55	38	7:39	4.10	23:57	5:50	6	6:55	38	7:39	
Loddenke	2.20	9:37	4:22	7	2:58	38	3:05	6.30	33:34	5:19	6	9:53	39	10:44	
Ilsenburg/Markt	3.30	14:12	4:18	9	4:08	37	4:08	9.60	47:46	4:58	7	14:01	38	14:43	