



47. Brockenlauf  
Ilsenburg / 02.09.2017

□□□□

**SELZ, Christian**

□□: Ilsenburg

□□: 723

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 49:30

□□: 11.64 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 181)

□□□□□/□: 48 (of 120)

□□□□□□: 33:03

□□□□□: 10(of 16)

□□□□□□□: 33:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:33	6:13	11	8:31	58	9:15	4.10	25:33	6:13	11	8:31	58	9:15
Loddenke	2.20	9:41	4:24	8	3:02	40	3:09	6.30	35:14	5:35	11	11:33	51	12:24
Ilsenburg/Markt	3.30	14:16	4:19	10	4:12	40	4:12	9.60	49:30	5:09	10	15:45	48	16:27