



47. Brockenlauf
Ilsenburg / 02.09.2017

□□□□

Ralf, Bauer

□□: Wenigerode

□□: 624

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 51:53

□□: 11.10 km/h

□□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 181)

□□□□□/□: 62 (of 120)

□□□□□□: 33:03

□□□□□: 7(of 11)

□□□□□□□: 43:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:37	6:29	9	4:34	69	10:19	4.10	26:37	6:29	9	4:34	69	10:19
Loddenke	2.20	9:48	4:27	4	1:04	45	3:16	6.30	36:25	5:46	7	5:38	61	13:35
Ilsenburg/Markt	3.30	15:28	4:41	5	2:34	67	5:24	9.60	51:53	5:24	7	8:12	62	18:50