



47. Brockenlauf
Ilsenburg / 02.09.2017

□□□□

BRÜNJES, Thomas

□□: Westerstede
□□: 768

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 53:14

□□: 10.14 km/h
□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 84 (of 181)

□□□□□/□: 68 (of 120)

□□□□□□: 33:03

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 43:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:04	6:21	6	4:01	61	9:46	4.10	26:04	6:21	6	4:01	61	9:46
Loddenke	2.20	11:11	5:04	9	2:27	79	4:39	6.30	37:15	5:54	9	6:28	67	14:25
Ilsenburg/Markt	3.30	15:59	4:50	8	3:05	79	5:55	9.60	53:14	5:32	9	9:33	68	20:11