



47. Brockenlauf  
Ilsenburg / 02.09.2017

□□□□

**FROESE, Nico**

□□: Hatten

□□: 767

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 53:14

□□: 10.14 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 85 (of 181)

□□□□□/□: 68 (of 120)

□□□□□□: 33:03

□□□□□: 12(of 16)

□□□□□□□: 33:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:11	6:23	12	9:09	64	9:53	4.10	26:11	6:23	12	9:09	64	9:53
Loddenke	2.20	11:04	5:01	13	4:25	78	4:32	6.30	37:15	5:54	12	13:34	67	14:25
Ilsenburg/Markt	3.30	15:59	4:50	12	5:55	79	5:55	9.60	53:14	5:32	12	19:29	68	20:11