



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Lampert, Christoph

□□: Die Neoprenalergiker

□□: 1199

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 42:57

□□: 13.41 km/h

□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 230)

□□□□□/□: 16 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 3(of 14)

□□□□□□□: 41:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	21:27	5:13	2	0:33	16	4:23	4.10	21:27	5:13	2	0:33	16	4:23	
Loddenke	2.20	8:23	3:48	2	0:06	13	1:35	6.30	29:50	4:44	2	0:39	16	5:58	
Ilseburg/Markt	3.30	13:07	3:58	4	0:48	16	2:47	9.60	42:57	4:28	3	1:08	17	8:45	