



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Schäfer, Ingo

□□: TSG GutsMuths

□□: 748

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 43:23

□□: 12.45 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 230)

□□□□□/□: 17 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 4(of 14)

□□□□□□□: 41:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	21:44	5:18	4	0:50	19	4:40	4.10	21:44	5:18	4	0:50	19	4:40
Loddenke	2.20	8:25	3:49	3	0:08	15	1:37	6.30	30:09	4:47	4	0:58	18	6:17
Ilsenburg/Markt	3.30	13:14	4:00	5	0:55	18	2:54	9.60	43:23	4:31	4	1:34	18	9:11