



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Ungrad, Christian

□□: Fitnesscenter Evers

□□: 788

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 43:48

□□: 13.15 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 230)

□□□□□/□: 18 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 2(of 19)

□□□□□□□: 42:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	21:31	5:14	2	0:16	18	4:27	4.10	21:31	5:14	2	0:16	18	4:27	
Loddenke	2.20	8:43	3:57	2	0:16	24	1:55	6.30	30:14	4:47	2	0:32	19	6:22	
Ilsenburg/Markt	3.30	13:34	4:06	3	0:31	26	3:14	9.60	43:48	4:33	2	1:03	19	9:36	