



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Gifhorn, Andreas

□□: Gifhorn Runners

□□: 665

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:01

□□: 11.73 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 230)

□□□□□/□: 28 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 4(of 14)

□□□□□□□: 34:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:31	5:44	4	6:27	30	6:27	4.10	23:31	5:44	4	6:27	30	6:27	
Loddenke	2.20	8:46	3:59	3	1:58	25	1:58	6.30	32:17	5:07	4	8:25	28	8:25	
Ilseburg/Markt	3.30	13:44	4:09	3	3:24	28	3:24	9.60	46:01	4:47	4	11:49	29	11:49	