



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Litwin, Axel

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
□□: 825

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 49:43

□□: 10.86 km/h
□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 230)

□□□□□/□: 46 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 24:45 | 6:02 | 3 | 3:51 | 46 | 7:41 | 4.10 | 24:45 | 6:02 | 3 | 3:51 | 46 | 7:41 |
| Loddenke | 2.20 | 9:51 | 4:28 | 3 | 1:34 | 44 | 3:03 | 6.30 | 34:36 | 5:29 | 3 | 5:25 | 41 | 10:44 |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 15:07 | 4:34 | 3 | 2:02 | 57 | 4:47 | 9.60 | 49:43 | 5:10 | 3 | 7:27 | 47 | 15:31 |