



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Berndt, Markus

□□: Für Tildal Skiclub Ilseburg
□□: 1194

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 50:40

□□: 10.66 km/h
□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 230)

□□□□□/□: 53 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 8(of 16)

□□□□□□□: 46:01

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 25:30 | 6:13 | 7 | 1:55 | 53 | 8:26 | 4.10 | 25:30 | 6:13 | 7 | 1:55 | 53 | 8:26 |
| Loddenke | 2.20 | 10:06 | 4:35 | 7 | 1:43 | 48 | 3:18 | 6.30 | 35:36 | 5:39 | 7 | 2:51 | 52 | 11:44 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 15:04 | 4:33 | 11 | 1:54 | 56 | 4:44 | 9.60 | 50:40 | 5:16 | 8 | 4:39 | 54 | 16:28 |