



48. Brockenlauf

Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Lude, Mario

□□: Jimmys Lauftreff Ü30

□□: 712

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 51:10

□□: 10.55 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 230)

□□□□□/□: 56 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 9(of 16)

□□□□□□□: 46:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:32	6:28	9	2:57	59	9:28	4.10	26:32	6:28	9	2:57	59	9:28	
Loddenke	2.20	10:16	4:40	10	1:53	57	3:28	6.30	36:48	5:50	9	4:03	57	12:56	
Ilsenburg/Markt	3.30	14:22	4:21	6	1:12	40	4:02	9.60	51:10	5:19	9	5:09	57	16:58	