



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Steinecke, Andreas

□□: NIX tun kann JEDER

□□: 783

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 52:57

□□: 10.20 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 230)

□□□□□/□: 64 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:40	6:30	4	5:46	63	9:36	4.10	26:40	6:30	4	5:46	63	9:36
Loddenke	2.20	11:02	5:00	6	2:45	72	4:14	6.30	37:42	5:59	6	8:31	65	13:50
Ilsenburg/Markt	3.30	15:15	4:37	4	2:10	60	4:55	9.60	52:57	5:30	5	10:41	65	18:45