



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Simon, Dieter

□□: Northeim

□□: 779

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 57:11

□□: 9.44 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 117 (of 230)

□□□□□/□: 85 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 12(of 19)

□□□□□□□: 42:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:55	7:03	12	7:40	90	11:51	4.10	28:55	7:03	12	7:40	90	11:51
Loddenke	2.20	11:31	5:14	12	3:04	84	4:43	6.30	40:26	6:25	12	10:44	89	16:34
Ilsenburg/Markt	3.30	16:45	5:04	12	3:42	84	6:25	9.60	57:11	5:57	12	14:26	86	22:59