48. Brockenlauf

Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Kühn, Bernd

□□: Brockenlaufverein
□□: 703

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:01:27

□□: 8.79 km/h
□□□□: 6:24 min/km

□□□□□/□□□: 160 (of 230)
□□□□□/□: 108 (of 136)
□□□□□□: 34:12
□□□□□: 6(of 13)
□□□□□□□: 55:08

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:36	7:27	5	3:11	106	13:32	4.10	30:36	7:27	5	3:11	106	13:32
Loddenke	2.20	12:34	5:42	7	1:18	111	5:46	6.30	43:10	6:51	5	4:29	106	19:18
Ilsenburg/Markt	3.30	18:17	5:32	5	1:50	105	7:57	9.60	1:01:27	6:24	7	22:59	109	27:15