



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Kanzok, Rudolf

□□: Pingpank.de

□□: 851

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M75 (75 und älter)

□□□: 1:09:19

□□: 7.79 km/h

□□□□: 7:13 min/km

□□□□□/□□□: 208 (of 230)

□□□□□/□: 128 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 1:02:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	35:26	8:38	4	13:37	132	18:22	4.10	35:26	8:38	4	13:37	132	18:22
Loddenke	2.20	14:44	6:41	2	1:32	126	7:56	6.30	50:10	7:57	4	10:03	132	26:18
Ilsenburg/Markt	3.30	19:09	5:48	2	1:12	117	8:49	9.60	1:09:19	7:13	3	6:37	129	35:07