



48. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Hörning, Jürgen

□□: TSV Langeook

□□: 682

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:18:35

□□: 6.87 km/h

□□□□: 8:11 min/km

□□□□□/□□□: 224 (of 230)

□□□□□/□: 134 (of 136)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 11(of 13)

□□□□□□□: 55:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	37:53	9:14	10	10:28	133	20:49	4.10	37:53	9:14	10	10:28	133	20:49
Loddenke	2.20	16:57	7:42	11	5:41	133	10:09	6.30	54:50	8:42	11	16:09	134	30:58
Ilseburg/Markt	3.30	23:45	7:11	10	7:18	133	13:25	9.60	1:18:35	8:11	12	40:07	135	44:23