



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Lang, Ludwig

□□: SVG Ruhstorf/Rott

□□: 138

□□: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:08:45

□□: 9.60 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 128 (of 346)

□□□□□/□: 118 (of 239)

□□□□□□: 51:11

□□□□□: 4(of 27)

□□□□□□□: 1:03:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.00	13:10	4:23	4	0:41	113	2:44	3.00	13:10	4:23	4	0:41	113	2:44
□□ 2	1.00	5:11	5:11	4	0:12	114	1:10	4.00	18:21	4:35	4	0:53	112	3:54
□□ 3	1.00	5:30	5:30	5	0:25	121	1:24	5.00	23:51	4:46	4	1:18	116	5:18
□□ 4	1.00	6:24	6:24	7	0:38	124	1:45	6.00	30:15	5:02	6	1:56	121	7:03
□□□ Hermannskli	2.60	15:47	6:04	6	1:26	123	4:18	8.60	46:02	5:21	5	3:22	121	11:21
vor der Schiene	2.63	19:45	7:30	6	1:43	122	6:03	11.23	1:05:47	5:51	5	5:05	119	16:48
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-
Brocken	0.45	2:58	6:35	4	0:26	123	0:50	11.70	1:08:45	5:52	4	5:31	119	1:08:45