



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Zeißmann, Hagen

□□□: 1:11:21

□□: TSV Kuppingen

□□: 9.25 km/h

□□: 257

□□□□: 6:06 min/km

□□: 11.70 km

□□□□□/□□□: 159 (of 346)

Deutsche Berglaufmeisterschaft

□□□□□/□: 141 (of 239)

□□□□□□: 51:11

□□□□:

□□□□□: 8(of 18)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:04:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.00	14:41	4:53	13	2:02	163	4:15	3.00	14:41	4:53	13	2:02	163	4:15
□□ 2	1.00	5:44	5:44	12	0:39	159	1:43	4.00	20:25	5:06	12	2:39	162	5:58
□□ 3	1.00	5:47	5:46	7	0:29	144	1:41	5.00	26:12	5:14	12	3:06	161	7:39
□□ 4	1.00	6:52	6:51	11	1:03	155	2:13	6.00	33:04	5:30	12	3:57	160	9:52
□□□ Hermannskli	2.60	16:23	6:18	9	1:44	146	4:54	8.60	49:27	5:45	11	5:39	155	14:46
vor der Schiene	2.63	19:01	7:13	5	1:01	106	5:19	11.23	1:08:28	6:05	8	6:40	142	19:29
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-
Brocken	0.45	2:53	6:24	6	0:04	113	0:45	11.70	1:11:21	6:05	8	6:44	143	1:11:21