



# DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Jankowski, Christof

□□□: 58:43

□□: Hannover 96

□□: 11.24 km/h

□□: 106

□□□□: 5:01 min/km

□□: 11.70 km

□□□□□/□□□: 30 (of 346)

Deutsche Berglaufmeisterschaft

□□□□□/□: 29 (of 239)

□□□□□□: 51:11

□□□□:

□□□□□: 6(of 24)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□□□□□: 55:40

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1             | 3.00     | 11:38    | 3:52         | 7       | 0:33    | 34      | 1:12    | 3.00  | 11:38     | 3:52          | 7       | 0:33    | 34      | 1:12    |
| □□ 2             | 1.00     | 4:41     | 4:41         | 7       | 0:18    | 34      | 0:40    | 4.00  | 16:19     | 4:04          | 8       | 0:51    | 34      | 1:52    |
| □□ 3             | 1.00     | 4:49     | 4:48         | 7       | 0:18    | 34      | 0:43    | 5.00  | 21:08     | 4:13          | 8       | 1:06    | 32      | 2:35    |
| □□ 4             | 1.00     | 5:14     | 5:14         | 4       | 0:06    | 22      | 0:35    | 6.00  | 26:22     | 4:23          | 7       | 1:09    | 30      | 3:10    |
| □□□ Hermannskli  | 2.60     | 13:27    | 5:10         | 6       | 0:49    | 29      | 1:58    | 8.60  | 39:49     | 4:37          | 6       | 1:58    | 29      | 5:08    |
| vor der Schiene  | 2.63     | 16:18    | 6:11         | 5       | 0:56    | 32      | 2:36    | 11.23 | 56:07     | 4:59          | 6       | 2:54    | 29      | 7:08    |
| nach der Schiene | 0.02     | fehlt!   | -            | -       | -       | -       | -       | 11.25 | -         | -             | -       | -       | -       | -       |
| Brocken          | 0.45     | 2:36     | 5:46         | 9       | 0:15    | 62      | 0:28    | 11.70 | 58:43     | 5:01          | 6       | 3:03    | 30      | 58:43   |