



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

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 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