



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Koch, Dominik

□□□: 1:03:41

□□: GutsMuths-Rennsteiglaufverein

□□: 10.36 km/h

□□: 122

□□□□: 5:26 min/km

□□: 11.70 km

□□□□□/□□□: 81 (of 346)

Deutsche Berglaufmeisterschaft

□□□□□/□: 76 (of 239)

□□□□□□: 51:11

□□□□:

□□□□□: 10(of 23)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 55:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.00	12:13	4:04	7	1:18	72	1:47	3.00	12:13	4:04	7	1:18	72	1:47
□□ 2	1.00	5:00	5:00	10	0:33	82	0:59	4.00	17:13	4:18	7	1:51	74	2:46
□□ 3	1.00	5:09	5:09	8	0:36	78	1:03	5.00	22:22	4:28	7	2:27	73	3:49
□□ 4	1.00	5:49	5:48	9	0:41	70	1:10	6.00	28:11	4:41	7	3:08	72	4:59
□□□ Hermannskli	2.60	14:40	5:38	11	2:19	84	3:11	8.60	42:51	4:58	9	5:27	75	8:10
vor der Schiene	2.63	18:08	6:53	12	2:58	82	4:26	11.23	1:00:59	5:25	9	8:25	74	12:00
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-
Brocken	0.45	2:42	6:00	9	0:17	77	0:34	11.70	1:03:41	5:26	10	8:41	77	1:03:41