



49. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Thorhauer, Bernd

□□: Rennsteiglaufverein/ LG Süd  
□□: 799

□□: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

□□□□:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 38:42

□□: 14.88 km/h  
□□□□: 4:02 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 210)

□□□□□/□: 7 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 38:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	19:25	4:44	1	-	6	3:05	4.10	19:25	4:44	1	-	6	3:05	
Loddenke	2.20	7:31	3:24	1	-	5	0:46	6.30	26:56	4:16	1	-	7	3:49	
Ilsenburg/Markt	3.30	11:46	3:33	1	-	7	1:20	9.60	38:42	4:01	1	-	7	5:09	