



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Bartel, Thomas

□□: Stützpunkt Staufenberg

□□: 643

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 44:13

□□: 13.03 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 210)

□□□□□/□: 17 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 6(of 19)

□□□□□□□: 38:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:59	5:36	7	3:43	24	6:39	4.10	22:59	5:36	7	3:43	24	6:39
Loddenke	2.20	8:23	3:48	2	0:48	12	1:38	6.30	31:22	4:58	7	4:31	22	8:15
Ilsenburg/Markt	3.30	12:51	3:53	4	1:27	14	2:25	9.60	44:13	4:36	6	5:58	17	10:40