



49. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Ehrenberg, Bernd

□□: Turnerbund Hamburg Eilbeck  
□□: 665

□□: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

□□□□:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 44:15

□□: 12.20 km/h  
□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 210)

□□□□□/□: 18 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 1(of 10)

□□□□□□□: 44:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:37	5:30	1	-	23	6:17	4.10	22:37	5:30	1	-	23	6:17
Loddenke	2.20	8:27	3:50	1	-	14	1:42	6.30	31:04	4:55	1	-	18	7:57
Ilsenburg/Markt	3.30	13:11	3:59	1	-	19	2:45	9.60	44:15	4:36	1	-	18	10:42