



49. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Loeffler, Stephan

□□: Frankfurt  
□□: 827

□□: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

□□□□:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 44:41

□□: 12.89 km/h  
□□□□: 4:39 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 210)

□□□□□/□: 20 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 2(of 17)

□□□□□□□: 38:33

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein       | 4.10     | 22:36    | 5:30         | 3       | 3:11    | 22      | 6:16    | 4.10 | 22:36 | 5:30 | 3       | 3:11    | 22      | 6:16    |
| Loddenke        | 2.20     | 8:46     | 3:59         | 3       | 1:17    | 22      | 2:01    | 6.30 | 31:22 | 4:58 | 3       | 4:28    | 22      | 8:15    |
| Ilsenburg/Markt | 3.30     | 13:19    | 4:02         | 2       | 1:40    | 20      | 2:53    | 9.60 | 44:41 | 4:39 | 2       | 6:08    | 20      | 11:08   |