



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Lehmann, Jörg

□□: Harzlinikum WR BSG

□□: 728

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 44:51

□□: 12.84 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 24 (of 210)

□□□□□/□: 23 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 40:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:09	5:24	3	2:06	17	5:49	4.10	22:09	5:24	3	2:06	17	5:49	
Loddenke	2.20	8:37	3:54	3	0:38	16	1:52	6.30	30:46	4:53	3	2:44	15	7:39	
Ilseburg/Markt	3.30	14:05	4:16	5	1:54	34	3:39	9.60	44:51	4:40	3	4:38	23	11:18	