



49. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

**Böhme, Alf**

□□: Wolfenbüttel

□□: 650

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 46:27

□□: 12.40 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 210)

□□□□□/□: 27 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 2(of 11)

□□□□□□□: 38:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:31	5:44	2	4:06	28	7:11	4.10	23:31	5:44	2	4:06	28	7:11
Loddenke	2.20	9:11	4:10	2	1:40	27	2:26	6.30	32:42	5:11	2	5:46	27	9:35
Ilsenburg/Markt	3.30	13:45	4:10	2	1:59	27	3:19	9.60	46:27	4:50	2	7:45	27	12:54