



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Heitmann, Michael

□□: Mud Monkeys Mahnburg

□□: 837

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:41

□□: 11.57 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 210)

□□□□□/□: 28 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 1(of 10)

□□□□□□□: 46:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:19	5:41	1	-	26	6:59	4.10	23:19	5:41	1	-	26	6:59
Loddenke	2.20	9:21	4:14	1	-	31	2:36	6.30	32:40	5:11	1	-	26	9:33
Ilsenburg/Markt	3.30	14:01	4:14	2	0:17	33	3:35	9.60	46:41	4:51	1	-	28	13:08