49. Brockenlauf

Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Lich, Alexander

□□: SC DHfK Leipzig
□□: 305

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 50:49

□□: 10.63 km/h
□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 210)
□□□□□/□: 52 (of 132)
□□□□□□: 33:33
□□□□□: 10(of 19)
□□□□□□□: 38:15

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:14	6:23	12	6:58	58	9:54	4.10	26:14	6:23	12	6:58	58	9:54
Loddenke	2.20	9:45	4:25	9	2:10	42	3:00	6.30	35:59	5:42	12	9:08	56	12:52
Ilsenburg/Markt	3.30	14:50	4:29	10	3:26	50	4:24	9.60	50:49	5:17	10	12:34	52	17:16