



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Reichelt, Steffen

□□: Rahden

□□: 761

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 52:00

□□: 11.08 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 210)

□□□□□/□: 61 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 8(of 15)

□□□□□□□: 41:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:23	6:26	8	5:45	61	10:03	4.10	26:23	6:26	8	5:45	61	10:03
Loddenke	2.20	10:43	4:52	9	2:22	73	3:58	6.30	37:06	5:53	8	8:07	63	13:59
Ilsenburg/Markt	3.30	14:54	4:30	7	2:26	51	4:28	9.60	52:00	5:25	8	10:33	61	18:27