



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Niemann, Marc

□□: Braunschweig

□□: 751

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 52:47

□□: 10.91 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 210)

□□□□□/□: 62 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 3(of 10)

□□□□□□□: 46:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:47	6:17	3	2:28	50	9:27	4.10	25:47	6:17	3	2:28	50	9:27
Loddenke	2.20	11:52	5:23	8	2:31	100	5:07	6.30	37:39	5:58	3	4:59	67	14:32
Ilsenburg/Markt	3.30	15:08	4:35	3	1:24	54	4:42	9.60	52:47	5:29	3	6:06	62	19:14