



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Garbuszus, Jürgen

□□: Jog n Walk

□□: 672

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 52:57

□□: 10.88 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 79 (of 210)

□□□□□/□: 63 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 14(of 19)

□□□□□□□: 38:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:57	6:34	14	7:41	69	10:37	4.10	26:57	6:34	14	7:41	69	10:37
Loddenke	2.20	10:08	4:36	12	2:33	53	3:23	6.30	37:05	5:53	14	10:14	62	13:58
Ilsenburg/Markt	3.30	15:52	4:48	14	4:28	74	5:26	9.60	52:57	5:30	14	14:42	63	19:24