



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Steinecke, Andreas

□□: NIX tun kann JEDER

□□: 791

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 52:58

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 210)

□□□□□/□: 64 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 9(of 16)

□□□□□□□: 40:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:28	6:27	8	6:25	63	10:08	4.10	26:28	6:27	8	6:25	63	10:08
Loddenke	2.20	10:54	4:57	12	2:55	76	4:09	6.30	37:22	5:55	9	9:20	65	14:15
Ilsenburg/Markt	3.30	15:36	4:43	9	3:25	68	5:10	9.60	52:58	5:31	9	12:45	64	19:25