



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Kremling, Thomas

□□: SchiekepannELF

□□: 718

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 55:16

□□: 9.77 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 97 (of 210)

□□□□□/□: 76 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 12(of 16)

□□□□□□□: 40:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:12	6:38	10	7:09	70	10:52	4.10	27:12	6:38	10	7:09	70	10:52
Loddenke	2.20	10:52	4:56	11	2:53	75	4:07	6.30	38:04	6:02	12	10:02	73	14:57
Ilsenburg/Markt	3.30	17:12	5:12	12	5:01	94	6:46	9.60	55:16	5:45	12	15:03	76	21:43