



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Gieraths, Alexander

□□: Calbe

□□: 674

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 57:06

□□: 9.46 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 112 (of 210)

□□□□□/□: 85 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 18(of 19)

□□□□□□□: 38:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:47	7:01	16	9:31	86	12:27	4.10	28:47	7:01	16	9:31	86	12:27	
Loddenke	2.20	10:55	4:57	16	3:20	78	4:10	6.30	39:42	6:18	16	12:51	83	16:35	
Ilsenburg/Markt	3.30	17:24	5:16	18	6:00	101	6:58	9.60	57:06	5:56	18	18:51	85	23:33	